

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

18 октября 2023

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	4,3	6,3	14,8	134	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31/8	3,2	6	10,3	109	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	8,7	74	0,53
Итого			359	10,4	15,3	33,8	317	1,13
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	41	0,4	2	1,4	26	6,4
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	153/7	2,2	1,5	12,4	75	10,1
2008	265	ПЛОВ	99	8,8	7,5	24,5	203	1,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,8	23	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80	0
Итого			489	14	11,3	60,6	407	18,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	46	3,3	2,7	24,6	138	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	2,6	2,2	3,8	49	0,1
Итого			139	5,9	4,9	28,4	187	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	69/15	9,4	8,5	14,3	172	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,2	31	39
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,6	31	6,7
Итого			361	12,2	9,1	43,2	305	45,8
Всего				43	40,7	176	1259	67,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М

Моисеева Т.А.