

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ

1 ноября 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,4	7,2	18,6	162	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,6	5,9	16,3	138	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3	3,1	13,2	93	0,54
Итого			432	13	16,2	48,1	393	1,24
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	62	0,6	3,5	2,3	44	10,5
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	196/8/4	3,3	2,7	15,3	101	12,1
2008	265	ПЛОВ	106	10,9	8,8	27,3	233	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,9	41	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			605	18,1	15,5	75,5	519	25,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	52	3,7	3,1	28	157	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	110	3,1	2,6	4,5	58	0,1
Итого			162	6,8	5,7	32,5	215	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	89/16	11,8	9,9	22,3	229	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,4	31	6,6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,8	50	44,2
Итого			401	14,7	10,5	55,6	381	50,9
Всего				53,1	48	221,7	1551	79,44

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.А. Моисеева

Моисеева Т.А.