

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 ноября 2022 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,2	7,8	17,8	163	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	5,3	7,8	15,5	155	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,8	3	12,5	89	0,53
Итого			434	13,3	18,6	45,8	407	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	56	0,6	2,2	1,9	32	9,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	204/8	4,9	4	17,5	131	13,3
2008	265	ПЛОВ	130	11,3	8,9	32	254	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			628	20,2	15,6	81,9	557	25
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	127	3,6	3,1	5,1	66	0,2
Итого			177	7,2	6,1	32,3	218	0,2
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	91/16	12,3	10,4	21,6	233	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	7,1	34	7,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,3	53	54
Итого			417	15,8	11	60,1	410	61,3
Всего				57	51,4	230,1	1635	89,75

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.