

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 мая 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценнос ть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,2	8	17,7	165	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,5	7	15,1	142	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	12,5	91	0,52
Итого			431	12,6	18,1	45,3	398	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
Итого			79	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,4	3,5	1,8	42	7,9
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	4	3,2	14,6	105	10,9
2008	265	ПЛОВ	116	9,8	9,6	26,9	234	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			605	17,5	16,8	72,6	515	21,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	105	2,9	2,5	4,3	55	0,1
Итого			155	6,5	5,5	31,5	207	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	73/16	9	8,5	18,7	189	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,1	81	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	74	0,3	0,3	7,3	35	7,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,8	46	38,6
Итого			397	12,1	9,1	53,9	351	46,1
Всего				49,2	49,6	213,3	1514	70,82

Стоимость: 179 рублей

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