

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 апреля 2023 г.

Сад 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	180	4,5	7,4	16,2	150	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,8	7,4	14,8	146	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,7	12,2	84	0,44
Итого			432	11,9	17,5	43,2	380	1,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
Итого			90	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	53	0,5	3,5	1,9	42	8,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	4,4	3,2	15,5	109	12,2
2008	265	ПЛОВ	120	9,9	8,2	31,4	241	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			615	18,2	15,4	79,4	533	22,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,7	3,1	28,3	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	104	2,9	2,5	4,3	54	0,1
Итого			155	6,6	5,6	32,6	212	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	74/16	9,1	9,4	18,7	197	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,7	88	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	74	0,3	0,3	7,3	35	7,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,7	50	47,3
Итого			401	12,5	10	56,4	370	54,8
Всего				49,7	48,6	221,6	1538	80,84

Стоимость: 179 рублей

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