

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 апреля 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценн ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,5	7,1	15,8	146	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	36/12	3,9	6,1	14,8	130	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,5	2,5	11,2	78	0,4
Итого			428	10,9	15,7	41,8	354	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	48	0,5	2,1	1,7	29	7,4
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	177/8	4	3	13,7	101	12,1
2008	265	ПЛОВ	102	9,2	7,5	26,4	211	1,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	8,4	34	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			567	17,2	13,2	72,1	480	21,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	49	3,5	2,9	26,6	149	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	112	3,2	2,7	4,6	59	0,1
Итого			161	6,7	5,6	31,2	208	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	69/16	8	7,8	17,6	176	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,1	81	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,9	23	5
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,1	43	36,7
Итого			369	11	8,3	49,7	323	41,8
Всего				46,3	42,9	204,8	1408	66,42

Стоимость: 151 рубль

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