

Утверждаю

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



МЕНЮ **7 февраля 2024 г.**

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,4	7,5	18,2	163	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	5,2	6,9	15,8	147	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	3,2	13,1	94	0,63
Итого			434	13,7	17,6	47,1	404	1,33
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	68	0,5	0,1	10	43	2
Итого			68	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	57	0,6	3,1	2,1	39	9,5
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	203/8/4	3,3	2,7	16,4	107	12,6
2008	265	ПЛОВ	110	10,3	7,8	32,2	240	1,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			611	17,5	14,1	81,1	526	24,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	109	3,1	2,6	4,5	57	0,1
Итого			160	6,8	5,7	32,2	212	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	96/16	13,6	10,5	21,2	238	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,3	48	40,2
Итого			409	16,4	11,1	54,2	389	47
Всего				54,9	48,6	224,6	1574	75,23

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: Моисеева Т.А.