

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

17 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	4,8	7,9	16,8	158	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	41/12	4,7	7,4	15,3	147	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,7	2,9	12,2	87	0,52
Итого			433	12,2	18,2	44,3	392	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
Итого			81	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,5	3,6	1,7	42	7,5
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	4,3	3,3	15,5	110	11,2
2008	265	ПЛОВ	118	10,5	9	28,9	239	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			608	18,6	16,4	75,9	528	21
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	26,9	150	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	107	3	2,6	4,4	56	0,1
Итого			157	6,6	5,6	31,3	206	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	78/16	10,1	8,5	19,4	197	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,2	81	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	6,9	33	7,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,7	45	36,3
Итого			399	13,2	9,1	54,2	356	43,5
Всего				51,1	49,4	215,7	1525	67,82

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.