

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 апреля 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	5,1	7,9	17,7	163	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/12	4,6	7,3	13,6	139	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3,1	13	92	0,52
Итого			430	12,6	18,3	44,3	394	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	73	0,5	0,1	10	43	2
Итого			73	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,5	2	1,8	28	7,9
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	3,9	3,2	12,7	98	10,2
2008	265	ПЛОВ	116	11	8,7	30	242	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			9,2	38	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			603	18,4	14,3	73	499	20,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	113	3,2	2,7	4,6	59	0,1
Итого			163	6,9	5,8	32,3	214	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	85/16	11,6	8,4	20,1	207	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,7	32	6,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,1	47	35,7
Итого			402	14,6	9	54,6	365	42,6
Всего				53	47,5	214,2	1515	66,12

Стоимость: 179 рублей

Отвественный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.