

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 марта 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	4,9	7,5	17	157	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	4,7	6,8	16,8	149	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3	13,1	92	0,53
Итого			434	12,5	17,3	46,9	398	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	43	2
Итого			87	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	58	0,6	2,9	2,1	38	9,1
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	202/8/4	3,2	2,5	16,4	105	13,1
2008	265	ПЛОВ	110	9,4	7,7	32,8	241	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,9	41	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
Итого			614	16,8	13,7	83,3	532	24,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	102	2,8	2,4	4,2	53	0,1
Итого			152	6,5	5,5	31,9	208	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	92/16	12,7	10,2	20,7	229	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,4	82	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,9	33	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,5	49	38,5
Итого			413	15,8	10,8	56,5	393	45,6
Всего				52,1	47,4	228,6	1574	73,83

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.