

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 февраля 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа 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	7,8	16,8	159	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	4,8	7,2	16,6	152	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	3	12,8	91	0,56
Итого			434	12,9	18	46,2	402	1,26
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	74	0,5	0,1	10	43	2
Итого			74	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	51	0,5	2,4	1,9	32	7,8
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	4,3	3,4	15,7	113	12,7
2008	265	ПЛОВ	119	10,4	8,4	29,6	236	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			615	18,8	14,8	78,8	527	22,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	138	3,9	3,3	5,6	72	0,2
Итого			189	7,6	6,4	33,3	227	0,2
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	80/16	10,3	8,2	21,3	203	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,1	100	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,8	33	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,6	50	47
Итого			408	14,1	8,9	60,8	386	54,1
Всего				53,9	48,2	229,1	1585	80,46

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.