

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

23 августа 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	4,7	7	16,5	149	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	41/12	4,5	6,1	16,7	141	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,8	2,9	12,4	87	0,54
Итого			433	12	16	45,6	377	1,24
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	62	0,6	3,1	2,2	40	10,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	3,3	2	15,1	94	14
2008	265	ПЛОВ	108	10,4	8,7	28,5	236	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112	0
Итого			617	18	14,4	78,2	519	26,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,7	3,1	28	157	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	2,6	2,2	3,8	48	0,1
Итого			143	6,3	5,3	31,8	205	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	90/16	12,7	9,4	20	219	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7,2	35	7,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,7	50	48,2
Итого			412	15,8	10	55,6	383	55,6
Всего				52,6	45,8	221,2	1527	85,84

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.