

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

24 января 2024 г.

Если 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	140	4	6,7	14,2	134	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,9	6,5	9,3	108	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,6	8,1	67	0,43
Итого			357	9,4	15,8	31,6	309	0,83
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	43	2
Итого			76	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	39	0,3	3	1,3	35	6,1
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	147/7	2,2	1,4	12	70	10,3
2008	265	ПЛОВ	97	8,3	8,1	25,5	209	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6	25	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	18,2	88	0
Итого			483	13,6	12,9	63	427	18,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	46	3,3	2,7	24,7	138	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	84	2,3	2	3,4	44	0,1
Итого			130	5,6	4,7	28,1	182	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	69/15	9,3	8,4	14,8	173	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18,1	85	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,9	30	36,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,3	35	7,5
Итого			375	12,5	9	47,1	323	44
Всего				41,6	42,5	179,8	1284	65,43

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.