

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 декабря 2023 г. г.о. Самара

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5	7,3	17,5	157	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45/12	5	6,8	18,8	157	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,8	2,9	12,9	90	0,54
Итого			437	12,8	17	49,2	404	1,24
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	58	0,6	2,6	2	35	9,7
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	205/8/4	3,4	3,4	15,6	110	14,5
2008	265	ПЛОВ	103	9,9	8	29,8	231	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,6	39	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			604	17	14,5	76,3	508	26,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	26,9	150	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	83	2,3	2	3,4	44	0,1
Итого			133	5,9	5	30,3	194	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	84/16	11,2	9,7	20,5	217	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,4	87	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,9	33	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,6	50	42
Итого			407	14,6	10,3	57,4	387	49,1
Всего				50,8	46,9	223,2	1536	78,84

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.