

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
Заведующий
/Баландина О.В./**МЕНЮ**
30 апреля 2025 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	5,2	7,2	17,7	158	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	4,3	5,8	15,1	131	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	3,2	12,4	92	0,53
Итого			429	12,6	16,2	45,2	381	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
Итого			81	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	58	0,6	3,9	2	46	9,4
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕННЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3	1,5	15,3	91	12,6
2008	265	ПЛОВ	108	10,1	8,6	37,2	268	1,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			8,6	35	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			600	16,8	14,4	82,9	535	24
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	53	3,8	3,2	29,1	163	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	97	2,7	2,3	4	51	0,1
Итого			150	6,5	5,5	33,1	214	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	78/16	10,2	8,4	18,8	194	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,3	68	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,2	30	6,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,2	44	34
Итого			387	12,9	9	49,5	336	40,5
Всего				49,3	45,2	220,7	1509	67,83

Стоимость: 210 рублей

Ответственный:  Криворотова Т.Н.