

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 мая 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически 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	8,6	18,8	176	0,7
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	41/12	5	7,5	14,6	148	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,3	3,5	12,8	97	0,63
Итого			433	14	19,6	46,2	421	1,43
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	63	0,6	2,7	2,2	36	10
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	4,8	4,1	15,1	119	14
2008	265	ПЛОВ	115	11,4	9,8	23,7	229	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	38	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			614	19,8	17,1	69	513	26,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	142	4	3,4	5,8	74	0,2
Итого			193	7,6	6,4	33,3	227	0,2
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	83/16	11,1	9,2	19,5	207	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,1	86	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,5	31	6,6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,2	48	44,2
Итого			401	14,5	9,8	55,3	372	50,9
Всего				56,4	53	213,8	1576	80,83

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.