

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
15 мая 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,8	7,9	17	159	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,4	6,8	16,3	146	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,8	12,4	86	0,52
Итого			432	11,8	17,5	45,7	391	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	51	0,6	2,7	1,9	35	8,5
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	201/8/4	3,4	2,2	16,3	101	13,7
2008	265	ПЛОВ	115	11,2	8,8	33,5	259	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			610	18,7	14,2	82,7	537	24,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	100	2,8	2,4	4,1	53	0,1
Итого			150	6,4	5,4	31,3	205	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	93/16	13,1	10,2	20,1	229	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,7	84	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,9	51	47,1
Итого			411	16,4	10,8	56,3	396	53,9
Всего				53,8	48	226	1572	81,72

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.