

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



**МЕНЮ**  
17 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,7	7,6	16,9	155	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/12	4,4	6,8	14,4	137	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,8	12,6	87	0,52
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>11,7</b>	<b>17,2</b>	<b>43,9</b>	<b>379</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>88</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	59	0,6	4	2	47	9,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3,2	2,3	15,6	98	12,2
2008	265	ПЛОВ	105	9,3	8	31,2	235	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,7	40	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
<b>Итого</b>			<b>604</b>	<b>16,7</b>	<b>14,9</b>	<b>81,1</b>	<b>529</b>	<b>24</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	52	3,7	3,1	28,3	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	99	2,8	2,4	4,1	52	0,1
<b>Итого</b>			<b>151</b>	<b>6,5</b>	<b>5,5</b>	<b>32,4</b>	<b>210</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	91/16	12,9	9,9	20,1	225	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19	90	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	34	7,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,8	50	42,9
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>16,4</b>	<b>10,5</b>	<b>57,9</b>	<b>399</b>	<b>50,1</b>
<b>Всего</b>				<b>51,8</b>	<b>48,2</b>	<b>225,3</b>	<b>1560</b>	<b>77,32</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.