



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

МЕНЮ
 3 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,4	7,2	16,8	150	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	4,5	6,8	17,3	149	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,3	2,4	12,6	83	0,42
Итого			434	11,2	16,4	46,7	382	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	43	2
Итого			89	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	51	0,5	3,5	1,7	42	7,8
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	3,3	2,3	16	102	13,4
2008	265	ПЛОВ	105	9,4	8,2	31,8	241	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,2	42	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			601	16,8	14,6	82,3	536	23,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	53	3,8	3,2	28,8	161	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	89	2,5	2,1	3,7	47	0,1
Итого			142	6,3	5,3	32,5	208	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	85/16	11,4	9,3	20,6	214	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,2	91	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,5	31	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,6	54	47
Итого			406	14,9	9,9	58,9	390	53,8
Всего				49,7	46,3	230,4	1559	80,52

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.