

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
5 февраля 2025 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	5	7,7	18,3	163	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/12	4,1	6,1	15,8	136	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,7	2,9	13,8	93	0,53
Итого			430	11,8	16,7	47,9	392	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	43	2
Итого			96	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	54	0,5	4,3	1,9	50	8,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	206/8/4	3,3	1,5	16,6	97	13,8
2008	265	ПЛОВ	110	8,8	7,7	34,5	244	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,8	44	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			611	15,9	14	84,5	535	24,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	55	3,9	3,3	29,9	167	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	96	2,7	2,3	3,9	50	0,1
Итого			151	6,6	5,6	33,8	217	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	84/16	10,8	8,2	24,7	219	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	7,1	34	7,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	12,2	52	36,4
Итого			405	13,8	8,8	60,6	383	43,7
Всего				48,6	45,2	236,8	1570	71,73

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М

Моисеева Т.А.