

Утверждаю

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

/Баландина О.В./



МЕНЮ
6 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,8	7,5	17	155	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,3	6,4	15,7	138	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200*	2,7	2,9	13	90	0,53
Итого			431	11,8	16,8	45,7	383	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	57	0,6	4,2	2	49	8,9
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	198/8/4	3	2,2	16,6	101	13,1
2008	265	ПЛОВ	111	11	11,2	28,7	260	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10	41	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			607	17,9	18,1	78	551	24,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	49	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	95	2,7	2,3	3,9	50	0,1
Итого			144	6,3	5,3	31,1	202	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	80/16	10,1	8,4	22,4	208	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,4	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	11,4	48	36,1
Итого			401	13,1	9	57,3	368	43,4
Всего				49,6	49,3	222,1	1547	71,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.