

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 июля 2025 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	4,7	7,1	16,3	148	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/12	3,9	5,9	13,8	124	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,7	2,7	11,6	82	0,54
Итого			427	11,3	15,7	41,7	354	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	43	2
Итого			77	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	54	0,6	5,6	2	61	8,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	210/8/4	3,3	2	18,8	109	14,1
2008	265	ПЛОВ	119	10,3	9,5	39,4	287	1,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	8,6	35	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,4	69	0
Итого			609	16,6	17,5	83,2	561	24,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,7	3,1	28	157	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5 %)	91	2,5	2,2	3,7	48	0,1
Итого			142	6,2	5,3	31,7	205	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	87/16	11,9	10,3	18,9	218	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,1	11,6	55	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,8	28	5,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	9,6	41	30
Итого			385	14,1	10,7	45,9	342	36
Всего				48,7	49,3	212,5	1505	64,14

Стоимость: 210 рублей

Ответственный:

Рубцова С.Г.