

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

14 августа 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	5,2	7	17,7	156	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	4,2	5,6	15	129	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3	12,8	90	0,53
Итого			429	12,3	15,6	45,5	375	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	53	0,6	3	1,9	38	8,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3,2	2,1	16	98	12,9
2008	265	ПЛОВ	111	11,7	9,3	32,8	263	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			601	18,9	14,9	81,2	539	23,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	112	3,2	2,7	4,6	59	0,1
Итого			162	6,8	5,7	32,1	212	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	98/16	14,1	9,6	21,1	230	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7,2	35	7,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,6	49	43,3
Итого			427	17,8	10,2	60	409	50,7
Всего				56,3	46,5	228,8	1578	77,73

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.