

Утверждаю

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

МЕНЮ 16 апреля 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	4,6	6,7	16,8	147	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/12	4,2	5,9	15,3	131	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,7	12,8	87	0,42
Итого			430	11,4	15,3	44,9	365	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	43	2
Итого			91	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	54	0,5	4,4	2	50	8,4
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	198/8/4	3,3	1,4	16,8	95	12,9
2008	265	ПЛОВ	108	9,5	8,3	37	260	1,6
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			601	16,6	14,6	86,5	546	23,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	79	2,2	1,9	3,2	42	0,1
Итого			129	5,9	5	30,9	197	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	78/16	9,8	8	21,6	199	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,1	81	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,8	33	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,4	53	45,2
Итого			398	13	8,6	57,9	366	52,3
Всего				47,4	43,6	230,2	1517	78,92

Стоимость: 210 рублей

Ответственный: Крив Криворотова Т.Н.