

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ 19 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	4,9	7,7	17,8	161	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,4	6,6	16,3	142	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,8	2,9	13,3	91	0,53
Итого			432	12,1	17,2	47,4	394	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	43	2
Итого			88	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	3,6	1,9	43	8,8
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	204/8/4	3,3	1,4	16,9	95	13,2
2008	265	ПЛОВ	105	9,1	7,8	31,5	234	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10	41	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			602	16,4	13,3	82	517	24,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	94	2,6	2,3	3,9	50	0,1
Итого			144	6,3	5,4	31,6	205	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	80/16	10,1	7,7	22,7	203	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,7	32	6,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,3	48	31
Итого			400	13,3	8,3	58,3	366	38
Всего				48,6	44,3	229,3	1525	65,73

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.