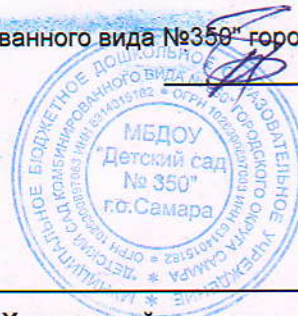


Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
19 марта 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	4,6	6,9	16,9	149	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,8	6,3	14,9	142	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,4	2,6	12,8	85	0,43
Итого			432	11,8	16,3	44,6	376	1,03
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
Итого			90	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	54	0,5	3,8	2	46	8,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3	1,5	15,4	90	12,8
2008	265	ПЛОВ	106	8,6	7,2	37	248	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,2	42	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			594	15,3	13	84,4	521	23,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	52	3,8	3,2	28,5	160	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	84	2,3	2	3,4	44	0,1
Итого			136	6,1	5,2	31,9	204	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	83/16	10,9	8	23,4	213	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,4	73	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,6	32	6,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,5	49	33,8
Итого			398	13,7	8,6	56,9	367	40,7
Всего				47,4	43,2	227,8	1511	67,63

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.