

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 января 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	4,8	7	17,3	152	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	41/12	4,8	6,4	16,3	143	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,7	12,8	86	0,42
Итого			433	12,2	16,1	46,4	381	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	97	0,5	0,1	10	43	2
Итого			97	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	51	0,5	3,4	1,8	41	8,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	204/8/4	3,5	1,5	16,6	97	14,1
2008	265	ПЛОВ	106	8,5	7,2	34,8	241	1,8
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,8	40	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			604	16	12,6	84,7	523	24,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	90	2,5	2,2	3,7	47	0,1
Итого			140	6,1	5,2	30,9	199	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	80/16	10,3	8,2	24	212	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18,1	85	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,7	32	6,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,9	50	41,3
Итого			401	13,6	8,8	60,7	379	48,3
Всего				48,4	42,8	232,7	1525	76,22

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.