

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 июля 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	3,6	6,3	14,6	131	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	3,9	5,8	15,4	130	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,7	1,8	11,7	71	0,33
Итого			429	9,2	13,9	41,7	332	0,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	43	2
Итого			86	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	48	0,4	5,4	1,8	59	7
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	201/8/4	3,2	2,5	15,7	101	12,9
2008	265	ПЛОВ	115	9	8,4	38,7	266	2,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,3	43	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22	106	0
Итого			608	16,1	16,9	88,5	575	22,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,7	3,1	28,3	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	68	1,9	1,6	2,7	36	0,1
Итого			119	5,6	4,7	31	194	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	69/16	7,7	8	22,8	196	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	12,9	61	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6,2	30	6,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,8	50	37,2
Итого			374	10,2	8,6	53,7	337	43,6
Всего				41,6	44,2	224,9	1481	69,13

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный: Устюгова Е.В.