

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

26 июня 2024 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	7,1	17,5	153	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	4	6,2	15,3	134	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,4	2,5	12,9	85	0,44
Итого			429	11	15,8	45,7	372	1,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
Итого			85	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	51	0,5	3,6	1,9	43	7,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	216/8/4	3,8	2,4	18,9	116	16,2
2008	265	ПЛОВ	121	12,2	10,2	34,2	278	2,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,4	43	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
Итого			628	19,8	16,7	85,9	579	26,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	51	3,7	3,1	28,3	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	96	2,7	2,3	3,9	50	0,1
Итого			147	6,4	5,4	32,2	208	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	93/16	13	10	20,7	228	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,2	91	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,4	31	6,6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,5	53	44,2
Итого			413	16,5	10,6	58,8	403	50,9
Всего				54,2	48,6	232,6	1605	80,54

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.