

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



**МЕНЮ**  
28 августа 2024 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,5	6,3	16,8	143	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/12	4,2	5,5	17,4	136	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,4	2,5	12,2	82	0,43
<b>Итого</b>			<b>432</b>	<b>11,1</b>	<b>14,3</b>	<b>46,4</b>	<b>361</b>	<b>1,03</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>81</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,6	4,2	2	49	9,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	198/8/4	2,9	1,7	15,3	91	13,5
2008	265	ПЛОВ	103	10,1	9	31,8	249	1,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	39	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,5	99	0
<b>Итого</b>			<b>601</b>	<b>16,9</b>	<b>15,4</b>	<b>79</b>	<b>527</b>	<b>24,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,3	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	80	2,2	1,9	3,3	42	0,1
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>5,8</b>	<b>4,9</b>	<b>30,6</b>	<b>195</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	80/16	11	8,5	24,1	219	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	33	7,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,4	48	37,8
<b>Итого</b>			<b>396</b>	<b>13,7</b>	<b>9,1</b>	<b>57,1</b>	<b>369</b>	<b>45</b>
<b>Всего</b>				<b>48</b>	<b>43,8</b>	<b>223,1</b>	<b>1495</b>	<b>72,83</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.