

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./



МЕНЮ

1 декабря 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	164/20	4,9	5,2	31,2	190	0,47
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,8	2,5	0,2	35	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	47/15/6	2,2	4,3	25,6	149	6,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,2	47	40,4
Итого			459	10,1	12,1	68,2	421	46,97
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6,2	30	6,3
Итого			152	0,8	0,4	16,2	74	8,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1	2,7	4	46	8,2
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	189/8	3	1,6	15,5	91	13,5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	118	8,6	10,1	21,4	212	10,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			593	15,9	14,9	70,4	483	32,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	49	3,5	2,9	26,4	147	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	85	6	2	8,4	80	1
Итого			134	9,5	4,9	34,8	227	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	6,3	4,1	7,8	92	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	121	1,9	5,3	11,3	102	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	13,4	110	0,72
Итого			396	15	14	50,3	388	7,12
Всего				51,3	46,3	239,9	1593	96,19

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.