

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

2 октября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,3	6,5	31,5	210	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	36/12/6	1,6	4,5	17,4	117	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,5	4,8	15,8	125	0,8
Итого			414	12,4	15,8	64,7	452	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
Итого			78	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	57	0,6	2,3	4	40	1,4
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	205/16	6,3	1,8	24,8	140	6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	31/6	7,9	10,8	2,2	141	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,2	2,6	34	172	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			681	20,4	17,8	88,1	598	8,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4,2	2,2	27,7	146	2,41
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	104	2,9	2,5	4,1	54	0,3
Итого			174	7,1	4,7	31,8	200	2,71
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	107	7,9	7,3	4,5	117	3,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,8	70	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,2	25	2,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,1	29	0,03
Итого			391	10,5	7,7	31,6	241	5,53
Всего				50,9	46,1	226,2	1535	20,34

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.