

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

3 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	6,2	5,9	28,3	192	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	41/6/12	4,3	7,9	14,4	147	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,4	35	0,43
Итого			419	10,7	13,8	51,1	374	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
Итого			79	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	48	0,8	2,6	4,1	45	9,7
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3,2	3,4	16,7	113	16,8
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	54	8,6	10,3	11,1	172	0,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	113	3,3	3,7	21,2	132	10,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,1	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			640	18,6	20,4	84,7	604	37,3
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,6	1	30,5	141	7,9
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	106	3	2,6	4,4	56	0,1
Итого			155	5,6	3,6	34,9	197	8
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	130	6,4	3,9	17,7	131	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,3	68	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,4	26	5,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	173	5,3	5,5	16,1	136	0,9
Итого			387	14,1	9,8	53,5	361	6,4
Всего				49,5	47,7	234,2	1579	54,63

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.