

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ 6 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	161/20	4,9	4,7	30,7	185	0,83
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	41/9/6	2,3	4,1	21,8	132	3,6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,2	48	42,8
Итого			447	10,5	11,6	63,9	402	47,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6,2	30	6,3
Итого			145	0,8	0,4	16,2	74	8,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	52	1,1	2,1	4,2	42	8,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	190/8	3	2,8	15,3	102	13,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	121	10,2	12,7	20,6	238	10,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			600	17,6	18,1	70	520	33,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,1	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	90	6	2	8,4	80	1
Итого			140	9,6	5	35,5	232	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	6	3,8	9,3	95	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	128	1,9	4,7	11,9	99	6,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	16,9	80	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	13,4	110	0,72
Итого			401	14,6	13,1	51,5	384	7,62
Всего				53,1	48,2	237,1	1612	97,25

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.

Устюгова Е.В.