

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350"

Заведующий

городского округа Самара
/Баландина О.В./



МЕНЮ 12 января 2026 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	4,6	22,5	155	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	46/12	2,3	0,9	26,9	123	6,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,3	34	0,02
Итого			418	8,3	5,5	57,7	312	7,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			83	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	56	1	3,7	3,8	54	7,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	188/9	2,4	0,2	13,6	67	12,1
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	64	9,3	11,3	10,7	181	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,5	2,4	28,8	155	0,57
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
2008	189	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			697	20,5	18	86,2	591	21,37
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4	3,3	29	161	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	93	2,6	2,2	3,8	49	0,1
Итого			143	6,6	5,5	32,8	210	0,1
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	100	8,8	4,8	5,5	101	1,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,4	92	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,7	5	16,1	129	0,8
Итого			339	16,5	10	41	322	2,6
Всего				52,4	39,1	227,7	1479	33,09

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.

Устюгова Е.В.