

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
Заведующий
/Баландина О.В./

МЕНЮ 13 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	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	180	4,1	6,2	18,6	146	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36/7	2,4	4,6	16,2	116	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	151	2,9	3,2	11,3	87	0,5
Итого			374	9,4	14	46,1	349	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			86	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	46	0,6	1,7	4,9	38	1,7
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	201/8	2,5	2	12,3	78	13,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	117	7,4	9,4	11,5	162	22,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,3	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			598	13,8	13,6	63,3	435	37,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	49	3,5	5,3	32,6	192	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	82	6	0,2	8	62	2
Итого			131	9,5	5,5	40,6	254	2
Ужин								
2008	233	МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	83/9	8,9	10,4	39,7	290	0,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,5	31	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	16,1	76	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		7	29	0,12
Итого			390	11,7	10,9	69,3	426	7,12
Всего				44,9	44,1	229,3	1508	49,62

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.