

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

16 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,9	4,9	23,5	158	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/12	4	6,8	15,1	138	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,4	34	0,22
Итого			418	9	11,7	47	330	0,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	43	0,9	3,2	3,6	48	8,9
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	198/8	3,1	3,7	17,2	117	17,6
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	44	6,4	9,9	8,6	148	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	122	3,5	3	24,1	138	11,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,8	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			644	17,4	20,3	90	616	38,6
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	46	2,4	0,9	28,3	131	7,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (РЯЖЕНКА 2.5%)	91	2,5	2,2	3,7	48	0,1
Итого			137	4,9	3,1	32	179	7,4
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	121	3,9	2,7	21	122	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,2	67	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	7	34	7,2
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	138	3,9	4,2	14	111	0,7
Итого			359	10,3	7,4	56,2	334	7,9
Всего				42,1	42,6	235,2	1502	56,52

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.