

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	167/20	5,1	5	32	194	0,63
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,5	0,2	34	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	44/14/6	2,1	4,1	24,6	143	5,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,4	49	41,9
Итого			459	10,3	11,7	68,2	420	48,33
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,9	33	7
Итого			156	0,8	0,4	16,9	77	9
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	50	1	2,5	4	44	7,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	188/8	3,2	2,3	15,9	99	13,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	116	8,1	10,2	21,2	211	10,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			588	15,4	15,5	69,6	484	31,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,5	153	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	92	6	2	8,4	80	1
Итого			142	9,6	5	35,9	233	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	39	6,4	3,8	7,5	90	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	117	1,8	5,1	10,8	98	5,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,9	80	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,2	4,5	13,6	113	0,82
Итого			391	14,9	13,6	48,8	381	7,12
Всего				51	46,2	239,4	1595	97,35

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В. Устюгова Е.В.