

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,7	6,9	23,6	181	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,7	7,2	14,7	143	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	181	4,6	4,9	15	124	0,8
Итого			412	15	19	53,3	448	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	43	2
Итого			88	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,4	2,8	1,3	32	3,6
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3,3	2,9	15,9	107	13,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	8,2	7,4	23,3	193	11,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,7	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			582	15,2	13,6	75,3	488	28,8
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	51	4,3	5	30,4	184	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	112	3,1	2,7	4,6	59	0,1
Итого			163	7,4	7,7	35	243	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	81/10	12,5	9,8	27,7	250	0,15
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15	71	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,3	34	0,23
Итого			394	15,2	10,3	57,9	388	3,28
Всего				53,3	50,7	231,5	1610	35,68

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.