

Утверждаю

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



МЕНЮ **21 ноября 2025 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	7,9	15,8	2	183	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	28	0,6	0,1	2,9	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	37/4/12	4	5,8	12,7	120	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	177	5	5,5	16,8	138	0,9
Итого			359	17,5	27,2	34,4	454	1,6
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	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	46	0,6	1,7	3,6	33	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	199/8	3,2	2,6	16,8	104	18
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	51	8	8,7	9,8	150	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	125	2,6	3,2	21,1	124	10,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			658	17,6	16,6	79,9	542	30,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4,2	4,7	24,3	156	6,17
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	106	3,1	2,6	4,4	57	0,3
Итого			175	7,3	7,3	28,7	213	6,47
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	99/9	9,2	5,9	22,8	183	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	77	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,03
Итого			413	12,1	6,4	53,2	323	3,13
Всего				55	57,6	206,2	1575	43,6

Стоимость: 210 рублей