

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

23 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	111	8,9	16,9	2,2	196	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	24	0,5		2,6	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	44/4/12	4,8	6,7	15,3	141	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	198	5,6	6,1	17,5	150	1
Итого			393	19,8	29,7	37,6	499	1,7
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	38	0,5	1,8	3,1	31	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	187/8	2,9	2,4	14,8	94	17,2
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	51	9,1	9,9	6,8	153	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	110	2,3	3,3	18,8	114	9,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			615	17,5	17,8	68,6	507	28,2
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,2	4,9	23,4	156	6,24
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	119	3,5	3	5	64	0,4
Итого			189	7,7	7,9	28,4	220	6,64
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	101/9	9,6	6,3	22	185	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	11,9	56	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,9	28	0,02
Итого			407	11,8	6,8	47,7	302	3,12
Всего				57,3	62,3	192,3	1571	41,66

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.