

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

26 сентября 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	106	8,2	15	2,3	177	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	29	0,6	0,1	3,1	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	42/4/12	4,9	6,4	14,3	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	207	6	6,4	18,2	156	1,1
Итого			400	19,7	27,9	37,9	482	1,9
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	48	0,6	1,7	3,8	33	1,3
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	198/8	3,1	2,6	16,3	103	17,9
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	57	9,4	9,6	10,1	165	0,6
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	114	2,4	3	19,6	116	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			653	18,7	17,3	78	546	29,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	4	4,6	23,9	152	5,07
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	111	3,2	2,8	4,7	60	0,3
Итого			180	7,2	7,4	28,6	212	5,37
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	109/9	10,9	7	25,4	210	0,3
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,1	30	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,2	14,2	67	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,3	30	0,04
Итого			412	13,5	7,5	53	337	2,94
Всего				59,6	60,2	207,5	1620	42,11

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.