

Утверждаю

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

# **МЕНЮ** 27 января 2026 г.

**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190              | КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ             | 180   | 5                 | 7       | 21,6             | 171                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 1                | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                 | 37/7  | 2,5               | 4,8     | 17               | 121                                      | 0                     |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                    | 172   | 3,7               | 4       | 12,6             | 102                                      | 0,6                   |
| Итого                         |                  |                                    | 396   | 11,2              | 15,8    | 51,2             | 394                                      | 1,2                   |
| II Завтрак                    |                  |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                      | 90    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Итого                         |                  |                                    | 90    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Обед                          |                  |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 50               | САЛАТ "СВЕКОЛКА"                   | 54    | 0,8               | 1,8     | 5,6              | 41                                       | 2                     |
| 2008                          | 95               | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ          | 200/8 | 2,5               | 1,6     | 12,3             | 75                                       | 13,5                  |
| 2008                          | 306              | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                    | 121   | 8,3               | 10,2    | 11,9             | 174                                      | 22,7                  |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                    | 180   | 0,3               | 0,1     | 15               | 62                                       | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 54    | 3,6               | 0,5     | 23,1             | 111                                      | 0                     |
| Итого                         |                  |                                    | 617   | 15,5              | 14,2    | 67,9             | 463                                      | 38,2                  |
| Полдник                       |                  |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 483              | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ                   | 52    | 3,7               | 5,6     | 33,8             | 199                                      | 0                     |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%) | 97    | 6                 | 0,2     | 8                | 62                                       | 2                     |
| Итого                         |                  |                                    | 149   | 9,7               | 5,8     | 41,8             | 261                                      | 2                     |
| Ужин                          |                  |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 233              | МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ       | 89/9  | 10,2              | 10,1    | 39,7             | 292                                      | 0,6                   |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                       | 73    | 0,3               | 0,3     | 7,2              | 34                                       | 7,3                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 31    | 2,3               | 0,2     | 15,4             | 73                                       | 0                     |
| 2008                          | 431              | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ            | 200   | 0,1               |         | 7,3              | 30                                       | 0,23                  |
| Итого                         |                  |                                    | 402   | 12,9              | 10,6    | 69,6             | 429                                      | 8,13                  |
| Всего                         |                  |                                    |       | 49,8              | 46,5    | 240,5            | 1591                                     | 51,53                 |

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.