

Утверждаю

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



МЕНЮ
1 апреля 2026 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,2	6,6	21,3	167	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43/12	4,9	7	16,7	152	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	171	4,3	4,6	14,3	117	0,7
Итого			406	14,4	18,2	52,3	436	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
Итого			85	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	42	0,4	2,1	1,5	27	3,7
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	202/8/4	3,5	3,2	16,9	115	12,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	117	8,9	7,5	23,7	199	12,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,3	68	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,6	85	0
Итого			595	15,9	13,3	76	494	28,8
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	49	4,1	3,7	28,5	162	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (РЯЖЕНКА 2.5%)	98	2,7	2,3	4	51	0,1
Итого			147	6,8	6	32,5	213	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	77/10	12	8,8	24,6	228	0,15
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,6	78	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,1	33	0,23
Итого			389	15	9,3	55,8	370	3,08
Всего				52,6	46,9	226,6	1556	35,28

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.