

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

2 февраля 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	167/20	5,1	5,2	32	195	0,67
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,6	0,2	35	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	47/16/6	2,3	4,3	26,3	152	6,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,2	48	41,3
Итого			464	10,5	12,2	69,7	430	48,17
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,8	33	7
Итого			161	0,8	0,4	16,8	77	9
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	52	1,1	2,2	4,1	42	8,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	192/8	3,2	1,7	16,3	96	13,7
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	121	9,2	10,3	21,6	217	10,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			602	16,8	14,7	71,8	492	33,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	48	3,5	2,9	26,4	147	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	87	6	2	8,4	80	1
Итого			135	9,5	4,9	34,8	227	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,8	3,7	7,8	92	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	110	1,7	4,3	9,8	86	5,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	18,1	86	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,5	13,5	112	0,82
Итого			387	15,3	12,7	49,2	376	6,62
Всего				52,9	44,9	242,3	1602	98,09

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.