

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
2 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	7	23	175	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/12/4	2,3	3,8	22,3	133	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	12,3	86	0,53
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>9,6</b>	<b>13,7</b>	<b>57,6</b>	<b>394</b>	<b>1,23</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,6	27	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>143</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>15,6</b>	<b>71</b>	<b>4,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	52	0,6	2,3	1,8	31	8,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	212/8	3,1	2,7	19,9	121	8,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	62	12,2	13,7	9,4	209	0,7
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	125	14,2	3,4	29,5	205	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,9	86	0
<b>Итого</b>			<b>681</b>	<b>33</b>	<b>22,6</b>	<b>87,8</b>	<b>691</b>	<b>18,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,4	4,8	30,9	180	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	98	2,7	2,3	4	51	0,1
<b>Итого</b>			<b>148</b>	<b>6,1</b>	<b>7,1</b>	<b>34,9</b>	<b>231</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	44	8,1	3	5,4	81	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	103	1,9	2,6	12,1	80	6,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,2	86	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,9	46	37,8
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>13</b>	<b>5,9</b>	<b>46,6</b>	<b>293</b>	<b>45,1</b>
<b>Всего</b>				<b>62,4</b>	<b>49,6</b>	<b>242,5</b>	<b>1680</b>	<b>69,43</b>

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:



Устюгова Е.В.