

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

3 декабря 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,8	6,2	19,6	154	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	4,6	6,1	17,6	145	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	163	4	4,3	13,9	111	0,7
Итого			397	13,4	16,6	51,1	410	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	43	2
Итого			90	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	38	0,4	2,2	1,3	27	3,4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	196/8/4	3,2	2,4	15,9	102	12,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	8,2	6,9	24,4	194	12,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,5	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,1	0,4	20,1	97	0
Итого			589	15,2	12	77,2	484	28,8
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,1	4,2	29	171	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	89	2,5	2,1	3,6	47	0,1
Итого			139	6,6	6,3	32,6	218	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	73/10	11	8,6	23,7	217	0,12
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,1	29	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,3	77	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,1	33	0,32
Итого			381	13,9	9,1	54,2	356	3,04
Всего				49,6	44,1	225,1	1511	35,24

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Е.В. Устюгова

Устюгова Е.В.