

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ**5 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,5	6,7	22,4	169	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/12/4	2,1	4	19,8	124	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,8	12,2	85	0,52
Итого			416	9,2	13,5	54,4	378	1,12
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	63	0,3	0,3	6	29	2,5
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			153	0,8	0,4	16	73	4,5
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	46	0,5	2,8	1,6	34	7,6
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	3	2	19,1	110	8,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,6	10,2	9,8	165	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	114	13,1	2,4	27,4	183	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			646	28,5	17,9	87,4	627	16,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,5	5	31,5	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	89	2,5	2,1	3,5	46	0,2
Итого			140	6	7,1	35	229	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	42	6,9	3,2	7,2	87	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	93	1,6	3,2	10,8	79	5,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	18,1	86	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,1	47	39
Итого			372	11,4	6,7	47,2	299	45,4
Всего				55,9	45,6	240	1606	68,12

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:



Устюгова Е.В.