

Утверждаю



Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

6 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	101	8,2	16,4	2	187	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	27	0,5	0,1	2,9	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	44/4/12	4,5	6,6	15,6	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	168	4,9	5,2	16,1	131	0,9
Итого			356	18,1	28,3	36,6	471	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	39	0,4	1,6	3	30	1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	195/8	3,1	2,3	16,1	99	18
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	46	6,8	7,8	8,6	132	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	118	2,5	3,1	20,4	120	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			636	16,1	15,2	77,1	514	29,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,1	4,5	23,4	151	5,42
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	91	2,6	2,3	3,8	49	0,3
Итого			161	6,7	6,8	27,2	200	5,72
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	88/9	8,7	5,4	22,9	175	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,4	49	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0,02
Итого			385	10,7	5,8	46,7	284	2,82
Всего				52,1	56,2	197,6	1512	41,94

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.