

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

6 марта 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	110	8,9	16,5	2,1	192	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	24	0,5		2,5	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	4,7	6,8	14,4	138	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	191	5,5	5,9	16,9	145	1
Итого			384	19,6	29,2	35,9	487	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	43	2
Итого			76	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	43	0,5	1,7	3,4	31	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	189/8	2,9	2,4	15,2	95	16,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	8,6	8,8	7,7	145	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	112	2,4	2,7	19,4	113	10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			628	17,4	16	72,4	507	28,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4	4,7	22,6	149	4,73
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	118	3,4	3	5	64	0,4
Итого			188	7,4	7,7	27,6	213	5,13
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	93/9	8,6	6,2	17,6	163	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,3	30	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2	0,2	13,3	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	29	0,04
Итого			395	11,1	6,7	44,2	285	2,84
Всего				56	59,7	190,1	1535	40,07

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.