

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
**8 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 ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,3	6,7	16	143	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	36/12	4	5,9	14,7	129	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,4	2,5	13	85	0,42
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,7</b>	<b>15,1</b>	<b>43,7</b>	<b>357</b>	<b>1,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>89</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	44	0,4	3,7	1,6	43	6,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	199/8/4	3,3	1,6	16,7	96	12,8
2008	265	ПЛОВ	115	10	8	42,8	283	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,4	43	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
<b>Итого</b>			<b>596</b>	<b>16,8</b>	<b>13,8</b>	<b>90,8</b>	<b>558</b>	<b>21,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	49	3,6	3	26,9	150	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	75	2,1	1,8	3,1	39	0,1
<b>Итого</b>			<b>124</b>	<b>5,7</b>	<b>4,8</b>	<b>30</b>	<b>189</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	75/16	9,3	7,1	22,6	193	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,4	73	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,5	31	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	12,3	52	40,2
<b>Итого</b>			<b>389</b>	<b>12,1</b>	<b>7,7</b>	<b>56,8</b>	<b>349</b>	<b>47</b>
<b>Всего</b>				<b>45,8</b>	<b>41,5</b>	<b>231,3</b>	<b>1496</b>	<b>71,72</b>

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.