

Утверждаю

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

Заведующий

/Баладина О.В./

МЕНЮ

9 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,2	5,5	27,5	182	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/6	2,1	4,4	20,1	129	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,8	15,2	110	0,6
Итого			419	10,8	13,7	62,8	421	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
Итого			85	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	47	0,4	1,8	3,3	33	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	188/16	6,1	1,2	22,5	125	4,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	26/4	6,1	8,3	2,1	111	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,5	1,6	36,4	174	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
Итого			655	19	13,3	92,2	570	7,2
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	71	3,9	2,3	26,1	141	2,26
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	72	2	1,7	2,9	38	0,1
Итого			143	5,9	4	29	179	2,36
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	88	6,1	5,8	3,9	93	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,2	91	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,2	25	2,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,3	33	0,02
Итого:			381	9,3	6,2	36,6	242	4,82
Всего				45,5	37,3	230,6	1456	17,38

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:



Устюгова Е.В.