

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

11 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,9	8	16,6	160	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	4,7	7,3	16,3	150	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,7	2,9	12,4	87	0,52
Итого			434	12,3	18,2	45,3	397	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
Итого			85	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	54	0,6	3,5	1,9	42	8,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	204/8/4	3,5	1,4	17,3	98	14,4
2008	265	ПЛОВ	115	10	7,9	43,9	287	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			616	17,6	13,3	94,1	569	25,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	96	2,7	2,3	3,9	50	0,1
Итого			146	6,3	5,3	31,1	202	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	85/16	11,3	8,3	23,2	214	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,7	69	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,8	33	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11	47	38,8
Итого			400	14	8,9	55,7	363	45,9
Всего				50,7	45,8	236,2	1574	74,52

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.