

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,6	6,2	28,6	193	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/12/6	2,1	4,8	19,2	129	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	14,6	113	0,7
Итого			418	11,6	15,2	62,4	435	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	54	0,5	2,4	3,7	40	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	197/16	5,3	1,3	21,6	121	5,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	30/4	8	11	1,7	140	1,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,7	2,1	38,8	189	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			680	20,7	17,2	94,3	621	8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	2,1	26,3	139	2,13
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	80	2,2	1,9	3,3	42	0,1
Итого			150	6,2	4	29,6	181	2,23
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	100	6,6	7,8	4,4	116	3,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19	90	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,5	26	2,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,9	28	0,02
Итого			396	9,8	8,2	35,8	260	5,42
Всего				48,8	44,7	232,1	1541	18,75

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.