

Утверждаю

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



МЕНЮ 18 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,5	6,7	21,9	172	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	4,7	6,3	17,5	146	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	179	4,5	4,9	14,6	121	0,8
Итого			413	14,7	17,9	54	439	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
Итого			79	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	42	0,4	2	1,3	25	3,9
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	195/8/4	3,1	2,9	15,8	106	13,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	8,5	6,9	24,6	196	12,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,6	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,7	95	0
Итого			591	15,4	12,3	77	486	30,1
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	48	4	3,5	28,3	159	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	103	2,9	2,5	4,2	54	0,1
Итого			151	6,9	6	32,5	213	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	75/10	11,5	8,5	24,4	221	0,15
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,6	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,6	74	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8	33	0,33
Итого			386	14,2	9	54,6	360	3,28
Всего:				51,7	45,3	228,1	1541	36,98

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.