

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

18 декабря 2025 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,1	6	21,4	157	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/12/4	2,1	3,5	20,2	120	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,6	11,7	80	0,42
Итого			416	8,6	12,1	53,3	357	0,92
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,6	27	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			149	0,7	0,3	15,6	71	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	44	0,3	2,8	1,5	34	7,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	199/8	2,9	2,3	19,3	113	8,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	9,8	11,5	11	186	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	116	13,3	2,7	27,9	189	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,2	38	0,6
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	23,1	111	0
Итого			656	30	19,9	92	671	16,7
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,6	5	33,1	191	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	88	2,5	2,1	3,4	45	0,2
Итого			138	6,1	7,1	36,5	236	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	41	6,4	3,2	7,9	86	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	103	1,9	3,3	12,2	88	6,1
2008	31	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,3	77	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11	47	40,8
Итого			378	11,1	6,8	47,4	298	47,8
Всего				56,5	46,2	244,8	1633	70,02

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.