

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

25 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	4,7	8	16,8	159	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	42/12	4,4	7,1	16,8	150	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,8	12,3	85	0,52
Итого			434	11,7	17,9	45,9	394	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	43	2
Итого			86	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,5	3,4	1,8	41	7,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8/4	3,3	2,3	16,3	102	13
2008	265	ПЛОВ	121	11,8	11	37,7	296	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,1	107	0
Итого			614	19,2	17,3	87,2	584	23,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	49	3,5	2,9	26,4	147	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	86	2,4	2	3,5	45	0,1
Итого			135	5,9	4,9	29,9	192	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	83/16	10,9	7,9	23,5	210	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,5	87	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,9	33	7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,1	47	39,2
Итого			406	14,2	8,5	60	377	46,3
Всего				51,5	48,7	233	1590	72,82

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.