

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 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	7,1	6,7	34,6	227	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	38/12/6	1,8	4,4	18,8	122	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	5,1	16,1	131	0,9
Итого			416	13,7	16,2	69,5	480	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	71	0,5	0,1	10	44	2
Итого			71	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	55	0,6	2,5	3,8	41	1,3
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	198/16	5,5	1,7	22,6	128	5,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	33/5	8,9	12,2	1,9	155	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,9	2,6	40,7	202	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,9	86	0
Итого			679	21,7	19,4	94,5	642	8,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	2,2	26,5	141	2,29
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ РЯЖЕНКА 2.5%)	99	2,8	2,4	4,1	52	0,1
Итого			169	6,7	4,6	30,6	193	2,39
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	106	7,5	7,9	4,5	120	3,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,3	68	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	65	0,3	0,3	6,2	30	2,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,9	28	0,03
Итого			400	10,2	8,4	31,9	246	5,73
Всего				52,8	48,7	236,5	1605	19,92

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:  Устюгова Е.В.