

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

27 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	6,3	5,8	29,7	198	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/6/12	4,3	7,6	13,7	142	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,4	35	0,23
Итого			418	10,8	13,4	51,8	375	0,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	72	0,5	0,1	10	43	2
Итого			72	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-й ВАРИАНТ)	46	0,9	2,4	4	42	9,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	196/8	3,2	3,2	16,9	112	16,6
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	49	8,3	10,4	7,7	158	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	126	3,6	3,5	24,8	146	12
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,7	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			648	19,2	20	88,5	615	38,6
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,6	1	30,2	139	7,8
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	100	2,8	2,4	4,1	53	0,1
Итого			149	5,4	3,4	34,3	192	7,9
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	122	4,5	2,6	19,1	118	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	13,3	63	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,2	30	6,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	187	5,7	6	16,8	146	1
Итого			399	12,5	9,1	55,4	357	7,4
Всего				48,4	46	240	1582	56,63

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.