



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

МЕНЮ

29 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	167/20	5,1	5,8	32,3	201	1,08
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,1	2,8	0,2	39	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	47/12/6	2,5	4,9	25	154	4,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,1	52	45,6
Итого			463	11	13,6	69,6	446	51,38
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7,2	35	7,3
Итого			143	0,8	0,4	17,2	79	9,3
Обед								
2008	442	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	51	1	2,2	4,1	42	8,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	190/8	3,1	2,3	15,3	98	13,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	122	9,6	11,5	20,4	224	10,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	10,2	42	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			591	16,4	16,5	67	488	32,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	51	3,7	3,1	27,7	155	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	100	6	2	8,4	80	1
Итого			151	9,7	5,1	36,1	235	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	6,6	3,9	11,6	107	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	100	1,8	4,4	10,3	89	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,5	78	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	14	115	0,83
Итого			374	15,2	13,1	52,4	389	7,23
Всего				53,1	48,7	242,3	1637	101,41

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.