

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ 30 января 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5	5,4	24,3	166	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	38/6/12	3,8	7,3	13,6	136	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		7,9	32	0,22
Итого			416	8,9	12,7	45,8	334	0,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	43	2
Итого			96	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	43	0,8	3	3,7	47	8,9
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	197/8	3,1	3,7	17,1	116	17,1
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	47	7	10,2	8,9	155	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	121	3,4	3,1	24	138	11,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,6	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,7	104	0
Итого			647	18	20,5	91	624	38,1
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	46	2,4	0,9	28,3	131	7,3
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	95	2,6	2,3	3,9	50	0,1
Итого			141	5	3,2	32,2	181	7,4
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	125	4,3	2,6	23,4	134	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,7	69	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,7	32	6,9
2008	438	КАКАО С МОЛОКОМ	161	4,7	5,1	14,9	125	0,8
Итого			384	11,5	8,2	59,7	360	7,7
Всего				43,9	44,7	238,7	1542	55,82

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.