

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
31 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,9	7,1	16,2	150	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	42/7	2,8	5,4	19,4	138	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,2	33	0,03
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>7,8</b>	<b>12,5</b>	<b>43,8</b>	<b>321</b>	<b>0,63</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,4	0,1	8,4	36	1,7
<b>Итого</b>			<b>83</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>8,4</b>	<b>36</b>	<b>1,7</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	47	0,8	2,3	3,3	38	6,9
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	195/10	4	2,8	28,4	159	9
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	53	7,8	11,6	12,3	186	1,1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	6,2	4,6	28,8	181	0,61
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,5	84	0
<b>Итого</b>			<b>696</b>	<b>21,5</b>	<b>21,7</b>	<b>98,2</b>	<b>679</b>	<b>17,61</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	47	2,5	1,6	27,8	134	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	94	6	2	8,4	80	1
<b>Итого</b>			<b>141</b>	<b>8,5</b>	<b>3,6</b>	<b>36,2</b>	<b>214</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	89/5	12,1	6,5	32,4	237	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,6	4,8	15,8	125	0,8
<b>Итого</b>			<b>394</b>	<b>17</b>	<b>11,6</b>	<b>54,8</b>	<b>394</b>	<b>7,6</b>
<b>Всего</b>				<b>55,2</b>	<b>49,5</b>	<b>241,4</b>	<b>1644</b>	<b>28,54</b>

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.