

Утверждаю

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



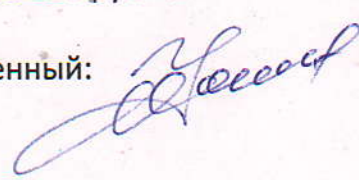
МЕНЮ

1 октября 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,9	8	17	160	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	4,1	6,4	14,3	133	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,9	3	12,5	89	0,53
Итого			429	11,9	17,4	43,8	382	1,23
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	43	2
Итого			76	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	56	0,6	3,6	2,1	45	8,8
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	203/8/4	3,2	1,4	15,9	92	13,7
2008	265	ПЛОВ	117	9,5	8	37,6	260	2,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			604	15,8	13,4	80	509	25,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	49	3,6	3	26,9	150	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	103	2,9	2,5	4,2	54	0,1
Итого			152	6,5	5,5	31,1	204	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	97/16	13,7	9,7	24,2	242	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,5	31	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11	47	39,9
Итого			408	16,3	10,3	55,5	385	46,7
Всего				51	46,7	220,4	1523	75,33

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:  Устюгова Е.В.