

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

4 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,5	7	22,7	174	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	38/12/4	2	4	19	120	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	12,4	87	0,52
Итого			414	9,2	13,9	54,1	381	1,12
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,5	27	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	92	0,5	0,1	10	44	2
Итого			151	0,7	0,3	15,5	71	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	47	0,5	2,5	1,6	32	7,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	199/8	3	2	19	110	8,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	54	9,7	11	10,1	178	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	13,9	2,5	29	193	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			657	30,4	18,5	89,8	651	16,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,4	4,9	31,5	182	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	90	2,5	2,2	3,5	47	0,2
Итого			140	5,9	7,1	35	229	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	36	4,8	2,9	8,4	80	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	108	1,9	2,6	12,2	81	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,4	87	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,3	48	39,7
Итого			382	9,7	5,8	50,3	296	46,7
Всего				55,9	45,6	244,7	1628	69,32

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.