

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ 6 ноября 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	3,1	5	17	127	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	41/12/4	1,9	3,1	21,5	122	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,9	2	11,2	71	0,32
Итого			417	6,9	10,1	49,7	320	0,82
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	54	0,2	0,2	5,1	25	2,2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	69	0,5	0,1	10	44	2
Итого			123	0,7	0,3	15,1	69	4,2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	45	0,8	2,5	3	39	7,6
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	192/8	2,6	2	18,8	108	8,3
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	41	7,5	9,9	8,2	152	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	118	13,5	2,6	28,2	190	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			9,3	38	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,9	86	0
Итого			626	27,2	17,4	85,4	613	16,8
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	47	3,3	4	32,1	177	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	77	2,1	1,8	3	39	0,2
Итого			124	5,4	5,8	35,1	216	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	34	4,8	3,5	6,4	77	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	103	1,9	3,5	11,9	88	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,4	73	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,7	45	31,3
Итого			369	9,2	7,3	44,4	283	38,1
Всего				49,4	40,9	229,7	1501	60,12

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.