

Утверждаю

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

МЕНЮ 7 июля 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6	7	22,4	177	0,8
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	38/12	2,2	0,8	21,9	103	4,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,7	31	0,03
Итого			410	8,4	7,8	52	311	4,93
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	59	1	2,7	4,1	46	8,1
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	194/9	2,7	2,7	15,6	101	12,8
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	65	9,3	11,7	9,5	180	1,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	143	4,6	3,4	29,1	166	0,74
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,4	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			698	20,8	20,9	86	620	22,84
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	51	4,3	3,6	29,9	170	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5 %)	77	2,2	1,9	3,2	41	0,2
Итого			128	6,5	5,5	33,1	211	0,2
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	85	7,6	5,2	4,6	97	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0,2	19,4	92	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,9	5,1	15,8	129	0,8
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	57	0,2	0,2	5,4	26	2,3
Итого			381	15,7	10,7	45,2	344	4,5
Всего				51,9	45	226,3	1530	34,47

Стоимость: 210 рублей

Ответственный:  Рубцова С.Г.