

Утверждаю

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



МЕНЮ 7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,6	16	1,8	186	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	26	0,5	0,1	2,8	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/4/12	4,1	5,3	15,1	125	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	146	4,2	4,6	15,6	121	0,8
Итого			328	17,4	26	35,3	445	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
Итого			81	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	44	0,5	1,7	3,4	33	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	192/8	3	2,5	15,8	99	17,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	44	7	8	8	131	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	118	2,5	3,1	20,5	121	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			635	16,2	15,7	76,7	518	29,5
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,1	4,4	25,1	156	5,22
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	89	2,6	2,2	3,7	48	0,3
Итого			159	6,7	6,6	28,8	204	5,52
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	78/9	8,1	4,8	23,4	170	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,2	25	2,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,9	80	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,7	31	0,02
Итого			377	10,9	5,2	53,2	306	2,32
Всего				51,7	53,6	204	1516	40,84

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В