

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

10 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7	6,4	34,6	225	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/12/6	1,8	4,5	20,3	129	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	5	17,2	134	0,8
Итого			418	13,6	15,9	72,1	488	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	65	0,5	0,1	10	44	2
Итого			65	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	51	0,5	2,3	3,4	38	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	198/16	4,7	2,1	21,2	123	5,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	29/8	6,9	10,2	1,9	130	1,3
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,5	3,3	37,2	192	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			670	18,1	18,2	88,4	596	8,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	5,2	3	34,4	185	2,45
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	103	2,9	2,5	4	53	0,3
Итого			173	8,1	5,5	38,4	238	2,75
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	96	6,8	7,2	4,2	111	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	15,8	75	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	57	0,2	0,2	5,4	26	2,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,1	33	0,04
Итого			385	9,6	7,6	33,5	245	4,84
Всего				49,9	47,3	242,4	1611	19,39

Стоимость: 210 рублей

Ответственный: Рубцова С.Г.