

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 октября 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	104	8,6	17,7	1,9	202	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	24	0,5		2,6	12	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	38/4/12	4	5,9	13,1	123	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	158	4,6	4,9	15,5	126	0,8
Итого			340	17,7	28,5	33,1	463	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	43	2
Итого			84	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,5	1,9	3,2	33	1,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	192/8	3	2,6	15,7	100	17,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	7,7	8,6	10	148	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	115	2,4	3,5	20	121	10,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			626	16,3	17	73,8	516	28,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	69	3,8	4,9	23,5	153	5,31
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	95	2,8	2,4	4	51	0,3
Итого			164	6,6	7,3	27,5	204	5,61
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	79/9	7,7	4,9	23,4	169	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	62	0,2	0,2	5,9	28	2,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,8	0,2	12,4	59	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		6,7	27	0,03
Итого			376	9,9	5,3	48,4	283	2,63
Всего				51	58,2	192,8	1509	40,64

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.