

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

11 сентября 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	4,1	6,2	20,8	156	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/12/4	2,1	3,5	20,5	122	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,7	12	83	0,43
Итого			416	8,7	12,4	53,3	361	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	60	0,2	0,2	5,7	27	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2
Итого			151	0,7	0,3	15,7	71	4,4
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	46	0,4	2,5	1,4	31	7,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/8	2,8	2,3	18,9	112	8,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	52	9,2	10,7	10,9	178	0,6
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	118	13,5	2,7	28,2	192	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			651	29,1	18,7	88,6	646	17
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,6	5,1	33,5	194	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	89	2,5	2,1	3,5	46	0,2
Итого			140	6,1	7,2	37	240	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	40	5,8	3	7,6	82	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	105	1,9	2,4	12,3	81	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,6	78	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,7	45	34,5
Итого			379	10,4	5,7	47,2	286	41,6
Всего				55	44,3	241,8	1604	64,13

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.