

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

17 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	7,3	25	188	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/12/4	2,1	3,8	22	131	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,2	13,1	94	0,64
Итого			419	10,2	14,3	60,1	413	1,34
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	67	0,3	0,3	6,4	31	2,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	65	0,5	0,1	10	44	2
Итого			132	0,8	0,4	16,4	75	4,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	55	0,6	3,1	1,9	39	9,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	231/8	3,3	3,5	21	136	9,6
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,6	16,1	7,3	228	0,9
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	117	13	4	27,3	198	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	39	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			699	33,1	27,1	83	718	20,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	51	3,5	4,3	32,1	182	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	103	2,9	2,5	4	53	0,3
Итого			154	6,4	6,8	36,1	235	0,3
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	47	8,2	3,5	13,3	118	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	102	1,8	3,1	11,4	82	6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,9	0,2	12,7	60	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,6	45	33,9
Итого			375	12,1	6,9	48	305	40,7
Всего				62,6	55,5	243,6	1746	67,44

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.