

Утверждаю

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

МЕНЮ 19 декабря 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	103	8,7	16	1,9	185	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	24	0,5		2,5	12	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	4,5	6,3	14,9	135	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	158	4,6	4,9	15,9	127	0,8
Итого			344	18,3	27,2	35,2	459	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	46	0,6	1,7	3,5	32	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	195/8	3,1	2,4	16	99	17,6
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	48	7,3	7,8	9,6	138	0,5
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	114	2,4	2,9	19,8	116	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	97	0
Итого			639	16,6	15,2	77,1	513	29,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4	4,8	23	152	6,09
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	90	2,6	2,3	3,8	49	0,3
Итого			160	6,6	7,1	26,8	201	6,39
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	94/9	9,3	5,8	23,7	185	0,2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,7	32	2,8
2008	272	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,7	0,1	11,7	56	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,2	29	0,03
Итого			397	11,5	6,2	49,3	302	3,03
Всего				53,5	55,8	198,4	1518	42,22

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.