

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 августа 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,5	6,6	16,3	144	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	37/12	3,8	5,3	16,1	128	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,5	2,5	11,7	80	0,44
Итого			429	10,8	14,4	44,1	352	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	71	0,5	0,1	10	43	2
Итого			71	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	46	0,4	3,7	1,6	44	7,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	203/8/4	3,7	1,9	17,4	104	13,2
2008	265	ПЛОВ	116	10,3	8,6	35,7	264	2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			599	17,3	14,7	81,5	534	23,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	85	2,4	2	3,5	44	0,1
Итого			135	6	5	30,7	196	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	87/16	11,3	8,7	25,3	227	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,5	0,2	16,1	76	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,6	32	6,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,6	45	37,2
Итого			403	14,3	9,3	58,6	380	44,1
Всего				48,9	43,5	224,9	1505	70,34

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.