

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	5,4	29,8	192	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	42/12/6	2	4,1	21,1	129	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,1	14,4	110	0,7
Итого			420	11,7	13,6	65,3	431	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	75	0,5	0,1	10	44	2
Итого			75	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	48	0,4	2,3	3,3	38	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	193/16	5,5	1,9	22,3	128	5,3
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	31/7	8,1	11,2	2	144	1,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,2	2,9	33,6	173	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,5	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,4	88	0
Итого			668	20,1	18,7	87,1	601	7,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	4	2,6	27,5	149	2,74
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	90	2,5	2,1	3,5	46	0,2
Итого			160	6,5	4,7	31	195	2,94
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	102	6,3	7,6	4,9	114	3,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,4	87	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	55	0,2	0,2	5,2	25	2,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	29	0,04
Итого			394	9,5	8	35,5	255	6,04
Всего				48,3	45,1	228,9	1526	19,98

Стоимость: 210 рублей

Ответственный:

Устюгова Е.В.