

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

28 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	163/20	5	4,9	31,6	190	0,84
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	41/8/6	2,3	4,2	21,4	131	3,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,7	49	44
Итого			448	10,6	11,9	64,9	407	48,24
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,8	28	5,9
Итого			144	0,7	0,3	15,8	72	7,9
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	45	0,9	2,3	3,6	40	7,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	186/8	2,9	2,1	15,2	94	13
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	117	9,3	10,7	20,7	218	10,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,3	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22	106	0
Итого			588	16,6	15,7	70,8	496	31,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	53	3,8	3,2	28,8	161	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	78	6	2	8,4	80	1
Итого			131	9,8	5,2	37,2	241	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	37	5,7	3,6	9,2	92	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	133	1,9	4,6	11,2	95	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,5	78	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	13,7	112	0,73
Итого			404	14,2	12,8	50,6	377	7,13
Всего				51,9	45,9	239,3	1593	96,07

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:  Устюгова Е.В.