

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

30 октября 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	4,9	5,5	25,2	171	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	48/12/6	2,3	4,4	24,5	148	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3,7	13,8	103	0,6
Итого			426	10,7	13,6	63,5	422	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			86	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	52	0,5	2,2	3,5	38	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	203/16	6,3	1,5	24,3	135	5,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/4	6,3	9,2	1,7	118	1,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,8	2,1	40,1	194	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,4	19,3	93	0
Итого			678	19,9	15,4	96,7	609	8,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,9	2	26,8	140	2,38
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	84	2,3	2	3,3	43	0,2
Итого			154	6,2	4	30,1	183	2,58
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	96	5,9	7,4	4,7	109	3,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	16,9	80	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,5	31	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0,02
Итого			398	8,9	7,9	35,1	249	6,02
Всего				46,2	41	235,4	1507	20

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.