

Утверждаю

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

Заведующий

Балавдина О.В./

МЕНЮ

1 декабря 2025 г.

Ясли 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	127/20	3,3	4,7	21,8	143	0,53
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	34/8/6	1,7	4,3	17,5	115	3,3
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,3	48	40,6
Итого			406	8,4	11,9	50,8	344	44,43
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	38	0,2	0,2	3,7	18	3,8
Итого			127	0,7	0,3	13,7	62	5,8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	36	0,6	1,9	2,5	31	5,4
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	170/8	2,3	1,4	13,5	78	11,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	119	8,2	9,7	21,4	209	10,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,7	31	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			521	13,6	13,3	61,3	427	28,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	41	3	2,5	22,6	126	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	68	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			109	7,7	4,1	29,2	189	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	27	4,1	3,1	4,5	62	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	121	1,9	3,3	10,9	82	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	8,8	42	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	10,9	85	0,52
Итого			346	10,4	9,7	35,1	271	6,82
Всего				40,8	39,3	190,1	1293	85,95

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Е.В. Устюгова

Устюгова Е.В.