

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

6 октября 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	124/20	3,5	4,9	22,9	149	0,89
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	31/5/6	1,7	3,8	15,2	101	2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	10,8	46	42,2
Итого			397	8,6	11,6	49,1	334	45,09
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	39	0,2	0,2	3,8	18	3,9
Итого			121	0,7	0,3	13,8	62	5,9
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	40	0,6	1,2	3,4	28	6
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	171/8	2,6	2	13,4	85	12,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	122	9,5	11,7	20,2	226	10,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,1	29	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			530	15,3	15,2	60,5	447	28,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	46	3,3	2,8	25,4	142	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	73	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			119	8	4,4	32	205	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	29	4,2	3,4	6	71	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	132	1,9	2,7	11,6	80	6,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,3	0,1	8,5	40	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	11,1	86	0,52
Итого			359	10,4	9,4	37,2	277	7,22
Всего				43	40,9	192,6	1325	87,81

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.