

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

12 января 2026 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,8	2,6	16	103	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35/7	1,9	0,7	20	93	4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,3	22	0,02
Итого			362	5,8	3,3	41,3	218	4,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	44	2
Итого			83	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	38	0,6	3,3	2,6	44	5,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	170/8	2,3	0,2	14,3	69	11,6
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	45	6,6	7,8	6,6	124	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	111	3,1	3	20,4	121	0,51
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,1	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			572	15,2	14,7	66	461	18,01
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	45	3,5	3,9	23,5	144	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	74	2	1,8	3	39	0,1
Итого			119	5,5	5,7	26,5	183	0,1
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	107	8,8	4,3	7,1	103	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	4	4,3	12,1	104	0,7
Итого			296	14,3	8,7	28,9	253	2,7
Всего				41,3	32,5	172,7	1159	27,23

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.

Устюгова Е.В.