

Утверждаю



Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
Баландина О.В./

МЕНЮ

15 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,4	4,3	17,8	124	0,2
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	49/7/6	2,7	4,5	24,1	148	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	3,5	10,9	89	0,6
Итого			372	9,3	12,3	52,8	361	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
Итого			85	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	29	0,3	1,4	2,3	24	0,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	144/6	2,8	0,9	15,1	80	5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,7	1,6	28,9	141	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	21/4	4,6	8,3	1,3	99	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			510	12,8	12,5	67,9	437	6,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,4	2,6	20,3	118	1,68
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	69	1,9	1,6	2,7	36	0,2
Итого			121	5,3	4,2	23	154	1,88
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	89	4,9	6,5	4,5	97	3,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,4	49	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,4	18	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,6	22	1,9
Итого			328	6,8	6,8	23,9	186	5,22
Всего				34,7	35,9	177,6	1182	16,6

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.