

Утверждаю

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

МЕНЮ 19 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	130/20	3,6	5,1	23,1	153	0,65
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	33/8/6	1,6	3,8	16,3	105	3,1
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	3	2,7	0,2	38	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11	47	42
Итого			406	8,5	11,7	50,6	343	45,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,2	20	4,3
Итого			128	0,7	0,3	14,2	64	6,3
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	35	0,6	1,5	2,8	28	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	170/8	2,4	2,2	13,5	84	11,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	116	7,8	10,1	21,1	209	10,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,6	31	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,7	75	0
Итого			516	13,2	14,1	60,7	427	27,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	44	3,2	2,6	24	134	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	73	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			117	7,9	4,2	30,6	197	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	4,4	3	5,2	65	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	119	1,7	3,2	10,4	79	5,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,3	0,1	8,6	41	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,3	11	87	0,62
Итого			347	10,5	9,6	35,2	272	6,52
Всего				40,8	39,9	191,3	1303	87,27

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.