

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,2	4,8	12,2	106	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	3	6,8	8,1	107	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	171	4,2	4,5	10,7	101	0,7
Итого			357	10,4	16,1	31	314	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	43	2
Итого			88	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	25	0,3	2,6	0,8	28	2,3
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	146/6	2,2	1,3	11,4	68	9,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	96	7,1	6	20,3	164	10,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		8,9	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,2	73	0
Итого			459	12,2	10,2	56,6	370	21,8
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	45	3,7	5,4	24,2	160	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	89	2,5	2,1	3,6	47	0,1
Итого			134	6,2	7,5	27,8	207	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	59/8	9	7,1	19,9	181	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,3	18	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7	33	2,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15	71	0
Итого			353	11,7	7,6	46,2	303	3,24
Всего				41	41,5	171,6	1237	28,24

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.