

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 ноября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	6,9	15,5	1,8	174	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	17	0,3		1,7	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	29/5/7	2,8	5,9	9,7	104	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	177	5	5,5	11,9	118	0,9
Итого			325	15	26,9	25,1	404	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	28	0,3	1,1	2,3	21	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	149/6	2,3	1,6	12,2	74	12,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	45	6,9	7,5	6,7	121	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	107	2,2	2,6	17,9	104	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			524	14,3	13,1	58,8	412	22,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	44	3,4	5,4	13,5	116	3,99
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	93	2,7	2,3	3,9	50	0,3
Итого			137	6,1	7,7	17,4	166	4,29
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	76/5	6,7	4,6	16,1	134	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	77	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	75	0,3	0,3	7,1	34	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		3,5	15	0,03
Итого			369	9,6	5,1	42,9	260	3,13
Всего				45,5	52,9	154,2	1285	33,42

Стоимость: 210 рублей