

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,9	5,1	19,2	139	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	33/4/5	1,7	4,1	15,4	106	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,9	9,5	75	0,53
Итого			362	8,3	12,1	44,1	320	1,03
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	44	0,2	0,2	4,2	20	1,8
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
Итого			129	0,7	0,3	14,2	64	3,8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	32	0,3	1,7	1	22	5,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/8	2,1	1,6	13,4	80	6,1
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	41	6,7	8,4	5,7	126	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	108	11	2,2	22,8	154	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,8	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			524	22,4	14,2	63,5	477	12,2
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	47	3,4	5,3	26,3	167	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	86	2,4	2	3,3	44	0,2
Итого			133	5,8	7,3	29,6	211	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	32	5,3	2,4	6,3	68	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	118	1,9	3,4	12	87	6,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7	30	34,7
2008	314	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			340	8,9	6	35	231	41,4
Всего				46,1	39,9	186,4	1303	58,63

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.