

Утверждаю

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



МЕНЮ **23 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	93*	7,3	14,9	2	172	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА. САХАРНАЯ	15	0,3		1,6	7	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/5/7	3,3	5,8	11,7	113	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	198	5,6	6,1	13	132	1
Итого			352	16,5	26,8	28,3	424	1,5
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	22	0,2	0,9	1,8	17	0,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	140/6	1,9	2,2	10,6	72	11,8
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	45	7,8	7,9	4,9	122	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	93	1,9	3	16	99	8,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,5	14	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	13,9	67	0
Итого			489	14	14,3	50,7	391	20,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	43	3,2	4,4	13,1	105	4,05
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	106	3,1	2,7	4,5	57	0,3
Итого			149	6,3	7,1	17,6	162	4,35
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	76/5	6,7	4,4	15,9	131	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	11,9	56	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,1	34	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,8	16	0,02
Итого			362	8,9	4,9	38,7	237	3,12
Всего				46,2	53,2	145,3	1257	31,87

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.