

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

25 декабря 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,3	4,9	20,7	146	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/7/6	2,6	5,4	21,4	145	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,7	4,9	13,2	116	0,8
Итого			368	11,6	15,2	55,3	407	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	44	2
Итого			85	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	37	0,4	1,5	3	28	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	149/6	3,3	1,7	17,3	96	5,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,5	2,2	26,8	137	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	30	7,5	9,8	2,4	130	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,2	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			532	16,3	15,6	71,7	494	8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,4	3	20,6	122	2,02
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	81	2,2	1,9	3,1	42	0,2
Итого			133	5,6	4,9	23,7	164	2,22
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	98	5,8	7,1	4,8	108	3,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9,3	44	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4	16	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	54	0,2	0,2	5	24	2,1
Итого			340	7,5	7,4	23,1	192	5,22
Всего				41,5	43,2	183,8	1301	18,54

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.