

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,6	3,7	15,7	111	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	33/7	1,9	0,7	19	89	3,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,5	22	0,02
Итого			360	5,6	4,4	40,2	222	4,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2
Итого			91	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,6	2,3	2,9	36	5,7
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	174/8	2,6	2,1	16,2	96	12
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	40	6	8,2	6,5	124	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	103	3,2	3,1	20,4	122	0,59
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,2	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,3	78	0
Итого			563	14,9	16	67,5	477	18,89
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	44	3,7	5,6	23,4	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	72	2,1	1,8	3	39	0,2
Итого			116	5,8	7,4	26,4	197	0,2
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	111	8,7	5,7	7,4	117	2,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9,3	44	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,7	4	11,4	97	0,7
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	23	2
Итого			350	14	10	33	281	4,8
Всего				40,8	37,9	177,1	1221	30,01

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.