

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

27 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,9	4,7	19,5	136	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	51/7/6	3,2	4,7	25	156	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	12,8	108	0,7
Итого			374	11,2	13,8	57,3	400	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			90	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	34	0,3	1,4	2,7	26	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	146/6	2,9	1	15,8	83	5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,2	1,7	33,6	161	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	23/4	5	8,7	1,5	106	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			527	14,3	13,2	77	484	6,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,5	2,7	21,2	122	2,13
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	74	2	1,7	2,8	38	0,2
Итого			126	5,5	4,4	24	160	2,33
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	87	5	6,9	4,3	102	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,8	51	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,4	18	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	53	0,2	0,2	5	24	2,1
Итого			331	6,9	7,2	24,5	195	4,92
Всего				38,4				