

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

28 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,4	6	11,7	115	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	2,8	5,9	10	104	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,4	7,3	61	0,42
Итого			358	8,4	14,3	29	280	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	93	0,5	0,1	10	43	2
Итого			93	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	33	0,3	3,1	1,2	35	4,9
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	152/7	2,4	1,6	12,6	76	9,6
2008	265	ПЛОВ	105	8,2	7,3	37,6	250	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,8	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80	0
Итого			486	13,5	12,3	73,9	465	16,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	41	3	2,5	22,6	126	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	74	2	1,7	3	39	0,1
Итого			115	5	4,2	25,6	165	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	61/15	7,7	6,3	16,7	156	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,3	28	32,5
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	7,1	34	7,3
Итого			364	10,9	6,9	47,7	301	39,9
Всего				38,3	37,8	186,2	1254	59,42

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.