

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

29 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	130/20	3,7	5,9	24,1	164	1,11
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	35/6/6	1,8	4,8	16,8	117	2,5
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	31	3,1	2,8	0,2	38	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,1	48	45,5
Итого			408	8,9	13,6	52,2	367	49,11
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	45	0,2	0,2	4,4	21	4,5
Итого			115	0,7	0,3	14,4	65	6,5
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	38	0,6	1,2	3,3	28	5,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	171/8	2,5	2,1	13,3	86	11,9
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	123	9,1	10,2	20,1	210	10
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	7,4	31	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,2	0,3	13,8	66	0
Итого			522	14,5	13,9	57,9	421	28,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	45	3,3	2,7	24,6	138	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	80	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			125	8	4,3	31,2	201	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	32	4,6	3,6	8	83	0,1
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	98	1,8	2,6	9,8	71	6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,3	0,1	8,5	40	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	3,3	11,2	89	0,63
Итого			328	10,9	9,6	37,5	283	6,73
Всего				43	41,7	193,2	1337	91,34

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.