

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

2 февраля 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	127/20	3,4	5	22	147	0,68
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	35/8/6	1,7	4	17,5	112	3,2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	30	3	2,7	0,2	37	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,3	48	41,6
Итого			406	8,4	11,8	51	344	45,48
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,1	20	4,2
Итого			133	0,7	0,3	14,1	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	38	0,6	2	2,8	32	5,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	172/8	2,6	1,5	13,9	82	12,4
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	122	8,7	10,6	21,9	219	10,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,5	30	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			529	14,5	14,4	62,5	442	28,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	41	3	2,5	22,6	126	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	69	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			110	7,7	4,1	29,2	189	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	29	4,5	2,6	5,1	63	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	110	1,6	2,8	9,4	70	5,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,1	43	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	10,8	86	0,62
Итого			338	10,5	8,7	34,4	262	6,22
Всего				41,8	39,3	191,2	1301	87,6

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.