

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

3 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	7,3	14,2	1,8	164	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	16	0,3		1,6	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/7	2,8	6	10,3	107	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	172	5,1	5,3	12,4	119	0,9
Итого			320	15,5	25,5	26,1	398	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	72	0,5	0,1	10	43	2
Итого			72	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	23	0,2	0,8	1,9	16	0,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	145/6	2,1	2	11,5	75	12,7
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	42	6,8	7	5	109	0,3
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100	2,1	1,9	17,3	95	9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,7	71	0
Итого			501	13,5	12	53,4	378	22,6
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	43	3	4,6	13,2	106	3,76
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	88	2,5	2,2	3,7	47	0,3
Итого			131	5,5	6,8	16,9	153	4,06
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	72/5	6,5	4,8	15,3	131	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,9	0,2	12,7	60	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	6,8	33	2,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		4	17	0,03
Итого			356	8,9	5,3	38,8	241	3,03
Всего				43,9	49,7	145,2	1213	33,09

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.