

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
Заведующий
/Баландина О.В./

МЕНЮ 4 марта 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3	4,4	12,1	101	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31/8	3	6,4	10	110	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	168	4,2	4,5	10,4	100	0,7
Итого			357	10,2	15,3	32,5	311	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	77	0,5	0,1	10	43	2
Итого			77	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	28	0,3	2,8	0,9	30	2,5
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/6	2,1	1,6	11,9	74	9,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	101	7,3	5,6	21,1	165	11
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		8,9	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,7	76	0
Итого			472	12,4	10,3	58,5	382	22,6
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	42	3,6	3,5	23,6	138	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	82	2,3	1,9	3,3	43	0,1
Итого			124	5,9	5,4	26,9	181	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	54/8	8,4	6	17	156	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,2	18	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,5	31	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,2	0,2	14,8	70	0
Итого			343	11	6,5	42,5	275	3,14
Всего				40	37,6	170,4	1192	28,84

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.