

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

5 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,4	5,6	17,7	136	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	33/5/5	1,9	5,1	14,6	112	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,5	9	69	0,42
Итого			363	7,7	13,2	41,3	317	0,82
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	45	0,2	0,2	4,3	20	1,8
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			135	0,7	0,3	14,3	64	3,8
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	32	0,3	1,8	1,1	22	5,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/8	2,2	1,8	13,9	83	6,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	36	5,9	7	5,5	107	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	97	9,8	2,2	20,5	140	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6	25	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			511	20,7	13,1	63,2	455	12,3
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	43	3	4	25,1	147	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	71	2	1,7	2,7	37	0,2
Итого			114	5	5,7	27,8	184	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	29	4,7	1,9	4,6	54	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	101	1,7	2,4	11,4	76	5,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,4	32	33,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,1	43	0
Итого			319	8	4,5	32,5	205	40
Всего				42,1	36,8	179,1	1225	57,12

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.