

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

6 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	87	7	14,3	1,8	163	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	16	0,3		1,7	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	33/5/7	3	5,9	11,6	112	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	168	4,9	5,2	12	115	0,9
Итого			316	15,2	25,4	27,1	398	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	82	0,5	0,1	10	43	2
Итого			82	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	23	0,2	1,2	1,8	20	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	146/6	2,2	1,7	11,7	72	12,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	40	5,7	6,2	5,7	101	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100	2,1	2,8	17,3	104	8,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			505	12,8	12,3	56,5	391	22,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	42	2,8	3,7	13,2	97	3,59
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	81	2,4	2	3,4	44	0,2
Итого			123	5,2	5,7	16,6	141	3,79
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	64/5	5,9	3,5	15,8	118	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,4	49	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	69	0,3	0,3	6,5	31	2,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3,9	16	0,02
Итого			339	7,9	3,9	36,6	214	2,92
Всего				41,6	47,4	146,8	1187	32,51

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.