

Утверждаю

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

Заведующий

/Баладина О.В./



МЕНЮ

8 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,4	5	12,7	111	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	2,6	5,4	9,3	97	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,3	8,2	63	0,42
Итого			356	8,1	12,7	30,2	271	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	43	2
Итого			89	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	31	0,3	3,3	1,2	37	4,7
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/7	2,5	1,2	12,6	71	9,6
2008	265	ПЛОВ	104	8,6	6,7	34,5	233	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,8	28	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			478	13,8	11,5	70,6	444	16,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	43	3	2,5	23,1	129	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	60	1,6	1,5	2,4	31	0,1
Итого			103	4,6	4	25,5	160	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	55/15	6,4	4,9	16,8	137	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,4	73	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,6	33	36,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,7	32	6,8
Итого			349	9,2	5,5	46,5	275	43,2
Всего				36,2	33,8	182,8	1193	62,42

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.