

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 октября 2025 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	4,6	16,3	119	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	27/4/5	1,5	4,1	12,2	92	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,2	9	65	0,42
Итого			356	6,6	10,9	37,5	276	0,82
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,1	20	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2
Итого			122	0,7	0,3	14,1	64	3,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	28	0,2	1,4	0,9	18	4,6
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	148/8	2	2,3	13,3	85	6,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	42	7,1	8,7	6,9	133	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	99	10,2	1,9	21,2	142	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,5	27	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,7	76	0
Итого			512	22	14,6	64,5	481	11,6
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	49	3,9	5,5	25,5	166	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ (КЕФИР 2.5%)	70	1,9	1,7	2,7	36	0,2
Итого			119	5,8	7,2	28,2	202	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	30	4,3	2,5	5,9	63	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	116	1,9	3,1	12,2	85	5,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	6,7	29	29,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,7	36	0
Итого			332	7,6	5,8	32,5	213	36,2
Всего				42,7	38,8	176,8	1236	52,52

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.