

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ

11 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,8	6,4	13	126	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31/8	3	6,3	10,3	110	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,6	7,8	65	0,42
Итого			359	9,3	15,3	31,1	301	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	85	0,5	0,1	10	43	2
Итого			85	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	36	0,4	2,3	1,3	28	5,6
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	155/7	2,5	1,1	12,9	73	10,8
2008	265	ПЛОВ	104	8,6	6,9	34,8	238	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,1	25	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			494	14,2	10,7	72,7	449	18,4
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	43	3,1	2,6	23,5	131	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	77	2,1	1,8	3,1	40	0,1
Итого			120	5,2	4,4	26,6	171	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	62/15	8,1	5,9	17,2	156	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,7	69	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,5	29	34
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	33	7,1
Итого			357	10,8	6,5	45,4	287	41,2
Всего				40	37	185,8	1251	62,52

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.