

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

11 марта 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	3,5	5,7	12,5	117	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,8	5,8	9,9	104	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	2,4	7,9	63	0,42
Итого			357	8,6	13,9	30,3	284	0,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,2	1,7	1	21	4,7
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	143/7	2,1	2	11,8	74	9,1
2008	265	ПЛОВ	117	10,7	11,8	34,1	285	1,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,8	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			487	15,6	15,9	69,7	486	16,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	43	3,1	2,6	23,5	131	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	65	1,8	1,6	2,6	34	0,1
Итого			108	4,9	4,2	26,1	165	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	59/15	7,2	5,6	17	149	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18	85	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7	30	34,7
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,8	32	6,9
Итого			358	10,4	6,2	48,8	296	41,7
Всего				40	40,3	184,9	1274	60,72

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.