

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

12 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,9	4,6	19,3	134	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	44/7/6	2,6	5,1	20,9	141	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	12,5	105	0,7
Итого			367	10,4	13,9	52,7	380	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	44	2
Итого			81	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	34	0,3	1,4	2,7	26	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	148/6	2,8	0,9	15,7	82	5,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,7	1,6	28,9	141	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/4	6,3	9,4	1,7	118	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80	0
Итого			528	14,7	13,6	70,6	466	7,1
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,3	2,6	19,8	116	1,69
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	64	1,7	1,6	2,6	33	0,1
Итого			116	5	4,2	22,4	149	1,79
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	100	6,8	6	4,5	100	3,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,4	18	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,6	22	1,9
Итого			337	8,6	6,3	23,2	186	5,12
Всего				39,2	38,1	178,9	1225	17,01

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.