

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара
/Баландина О.В./

МЕНЮ **16 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	124/20	3,3	4,7	21,1	140	0,76
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	31/4/6	1,7	4,3	14,8	104	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,8	2,5	0,2	35	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,4	53	53,6
Итого			392	8,1	11,6	48,5	332	56,16
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	39	0,2	0,2	3,8	18	3,9
Итого			118	0,7	0,3	13,8	62	5,9
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	37	0,6	1,9	2,7	31	5,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	173/8	2,7	1,5	14,3	83	12,5
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	126	9,7	11,3	22,2	230	10,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,7	31	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			533	15,6	15	63,3	454	29,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	41	3	2,5	22,6	126	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	70	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			111	7,7	4,1	29,2	189	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	4,5	3,4	5	68	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	126	1,8	3,3	11,6	84	6,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9,1	43	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,3	11	87	0,62
Итого			355	10,7	10,1	36,7	282	7,12
Всего				42,8	41,1	191,5	1319	99,28

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:



Устюгова Е.В.