

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
18 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3	4,5	12,1	102	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31/8	3	6,6	10,3	113	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	169	4,2	4,6	10,4	100	0,7
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>10,2</b>	<b>15,7</b>	<b>32,8</b>	<b>315</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>79</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	25	0,3	2,6	0,8	28	2,3
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/6	2,2	1,6	12,1	74	9,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	99	7,3	5,5	21,4	164	11
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,7	76	0
<b>Итого</b>			<b>466</b>	<b>12,4</b>	<b>10</b>	<b>59</b>	<b>379</b>	<b>22,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	43	3,7	3,7	23,3	141	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	82	2,3	2	3,3	43	0,1
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>6</b>	<b>5,7</b>	<b>26,6</b>	<b>184</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	54/8	8,3	6,7	17,3	163	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,1	17	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	72	0,3	0,3	6,7	32	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,3	0,2	15,6	74	0
<b>Итого</b>			<b>346</b>	<b>11</b>	<b>7,2</b>	<b>43,7</b>	<b>286</b>	<b>3,14</b>
<b>Всего</b>				<b>40,1</b>	<b>38,7</b>	<b>172,1</b>	<b>1207</b>	<b>29,04</b>

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.