

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
18 декабря 2025 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,2	4,9	17,1	127	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	32/5/5	1,8	4,5	14,3	105	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,3	8,9	66	0,42
Итого			362	7,2	11,7	40,3	298	0,82
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,1	20	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	90	0,5	0,1	10	44	2
Итого			133	0,7	0,3	14,1	64	3,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,3	1,5	1	20	4,9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	149/8	2,2	1,5	14,3	83	6,2
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	40	6,8	8,3	5,8	125	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	99	10,1	2	21	142	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,2	26	0,4
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,3	88	0
Итого			519	22,3	13,7	66,6	484	11,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	46	3,6	5,1	27,1	167	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	71	2	1,7	2,7	36	0,2
Итого			117	5,6	6,8	29,8	203	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	30	4,6	2,3	6	62	0,7
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	110	1,9	2,4	13,1	83	6,4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,5	32	36
2008	314	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,2	39	0
Итого			327	8	4,9	34,8	216	43,1
Всего				43,8	37,4	185,6	1265	59,72

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.