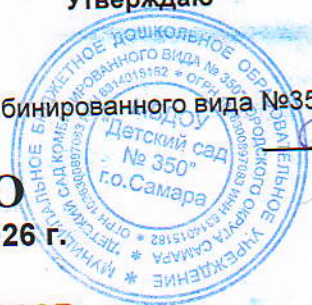


Утверждаю

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

МЕНЮ
19 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		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,1	6,2	19,9	153	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	32/4/5	1,7	5,2	14,1	110	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	10	80	0,53
Итого			361	8,7	14,4	44	343	1,03
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	43	0,2	0,2	4,1	20	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	74	0,5	0,1	10	44	2
Итого			117	0,7	0,3	14,1	64	3,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,3	1,8	1,2	23	5,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	159/8	2,3	2,6	14,6	94	6,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	46	8,4	10,1	4,6	144	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	105	10,7	2,3	22,4	152	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,4	27	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			545	24,5	17,2	66,9	525	13,5
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	47	3,6	5,1	25,4	161	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	93	2,6	2,2	3,6	48	0,2
Итого			140	6,2	7,3	29	209	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	34	5,6	2,5	4,3	62	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	117	1,9	2,8	12	82	6,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,2	31	33,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,3	44	0
Итого			340	9,2	5,5	32,8	219	40,2
Всего				49,3	44,7	186,8	1360	58,63

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В. Устюгова Е.В.