

Утверждаю

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

МЕНЮ 19 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	89*	7,4	14,3	1,7	165	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	14	0,3		1,6	7	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	33/5/7	3,1	5,8	11,6	112	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	158	4,6	4,9	10,8	107	0,8
Итого			306	15,4	25	25,7	391	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	43	2
Итого			80	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	27	0,3	0,8	2,2	18	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	147/6	2,1	2	11,6	75	12,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	43	6,2	6,4	6,7	109	0,4
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	97	2	2,8	16,7	101	8,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			508	13,1	12,3	56,6	394	21,7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	43	3,1	4,1	13,2	102	3,95
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	80	2,3	2	3,4	43	0,2
Итого			123	5,4	6,1	16,6	145	4,15
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	71/5	6,5	4,2	16,7	130	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,7	0,1	11,7	56	0
2008	272	СВЕЖИЙ ФРУКТ	73	0,3	0,3	6,9	33	2,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		4,4	18	0,03
Итого			353	8,7	4,6	39,7	237	3,03
Всего				43,1	48,1	148,6	1210	32,18

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.