

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ 24 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,9	5,8	13,3	121	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/8	2,8	5,2	9,9	99	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,7	8,4	69	0,42
Итого			357	9,2	13,7	31,6	289	0,82
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	34	0,4	2,9	1,2	33	5,3
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/7	2,1	1,7	11,8	73	9,2
2008	265	ПЛОВ	105	8,5	7,6	33,4	236	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,9	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			484	13,6	12,5	68,7	445	16,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	42	3	2,5	22,8	128	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	74	2	1,7	3	39	0,1
Итого			116	5	4,2	25,8	167	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	62/15	7,7	6,8	17,3	163	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	58	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	7,5	32	39
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	71	0,3	0,3	7	33	7,1
Итого			352	10,1	7,4	44	286	46,2
Всего				38,4	37,9	180,1	1230	65,72

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.

Устюгова Е.В.