

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,8	5,1	23,7	161	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	39/7/6	2,2	4,3	18,9	124	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,8	5,1	14	123	0,9
Итого			362	11,8	14,5	56,6	408	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	71	0,5	0,1	10	44	2
Итого			71	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	37	0,4	1,5	2,9	27	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	147/6	3	1	16,7	87	5,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,8	1,6	30	145	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	29/5	7,1	10,4	1,7	131	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,5	70	0
Итого			528	15,6	14,8	70,7	479	7,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	52	3,3	3,2	20	122	1,8
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	79	2,2	1,9	3,2	42	0,1
Итого			131	5,5	5,1	23,2	164	1,9
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	107	7,7	6,1	4,6	107	3,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,1	0,1	7,2	34	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		4,5	18	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	54	0,2	0,2	5,1	25	2,2
Итого			345	9,1	6,4	21,4	184	5,42
Всего				42,5	40,9	181,9	1279	18,02

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.