

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ **30 января 2026 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,3	4,6	20,6	142	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	28/4/6	2,4	5,8	10,3	104	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		5,1	21	0,12
Итого			358	6,8	10,4	36	267	0,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,5	0,1	10	43	2
Итого			96	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	29	0,6	0,7	2,5	19	6,1
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	148/6	2,1	2,7	11,6	83	12,8
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	41	5,9	8,5	5,9	124	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	97	2,7	2,2	19,2	107	9,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		11,3	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			512	14,2	14,5	67,8	463	28,7
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	39	2,1	0,8	24,1	111	6,2
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	76	2,1	1,8	3,1	40	0,1
Итого			115	4,2	2,6	27,2	151	6,3
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	77	2,9	2,3	13,8	87	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4,6	5	12,2	113	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,7	69	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	70	0,3	0,3	6,9	33	7
Итого			336	10	7,8	47,6	302	7,8
Всего				35,7	35,4	188,6	1226	45,22

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.