

Утверждаю

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



МЕНЮ

30 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	126/20	3,4	4,9	21,7	145	0,85
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	31/5/6	1,6	4,5	14,6	106	1,9
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	2,9	2,6	0,2	36	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,9	51	45,9
Итого			397	8,2	12,1	48,4	338	48,65
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	76	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	40	0,2	0,2	4	19	4,1
Итого			116	0,7	0,3	14	63	6,1
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	36	0,6	1,8	2,6	29	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	170/8	2,4	1,9	13,5	84	12
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	123	10	11,4	21	228	10,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,4	30	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2	0,3	13	62	0
Итого			518	15	15,4	57,5	433	28,1
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	41	3	2,5	22,4	125	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	69	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			110	7,7	4,1	29	188	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	30	4,8	2,9	4,4	63	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	129	1,9	3,1	11,4	82	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,3	39	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,1	3,4	10,8	87	0,62
Итого			356	11,1	9,5	34,9	271	7,02
Всего				42,7	41,4	183,8	1293	90,67

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.