

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./



МЕНЮ
31 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	4,1	5,7	13,4	123	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/7	1,9	5,7	13,4	113	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,3	22	0,02
Итого			360	6,1	11,4	32,1	258	0,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,4	0,1	8,4	36	1,7
Итого			83	0,4	0,1	8,4	36	1,7
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	1,3	2,8	27	6
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	146/6	2,9	2	19,1	107	6,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	110/20	3,9	4,1	18,5	125	0,77
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	45	6,4	9,3	10,3	149	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,1	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	13,8	67	0
Итого			550	16	17	69,6	496	14,47
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	40	2,3	2,3	22,5	119	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	75	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			115	7	3,9	29,1	182	0,8
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	63	8,3	4,6	20,6	158	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4	4,4	11,8	103	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,7	32	6,8
Итого			344	12,6	9,3	39,1	293	7,5
Всего				42,1	41,7	178,3	1265	24,99

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.