

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

1 ноября 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	131/20	3,8	4,8	23,9	154	1,02
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	35/5/6	1,9	4,2	16,5	112	2
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,5	0,2	35	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,5	49	46,4
Итого			405	8,8	11,6	52,1	350	49,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	89	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	38	0,2	0,2	3,8	18	3,8
Итого			127	0,7	0,3	13,8	62	5,8
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	37	0,6	1,4	2,7	27	5,5
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	171/8	2,4	1,7	13,1	80	11,9
2008	309	РАГУ.	146	6,3	7,2	20,4	172	9,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,1	0,1	7,4	31	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			547	11,7	10,7	58,4	381	27,8
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	41	3	2,5	22,4	125	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	79	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			120	7,7	4,1	29	188	0,8
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	144	2	3	11,7	84	6,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	10,5	84	0,53
Итого			344	6,5	6,3	31,9	214	7,13
Всего				35,4	33	185,2	1195	90,95

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.