

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

МЕНЮ

7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7,2	13,6	1,6	157	0,1
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	16	0,3		1,6	8	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	29/5/7	2,7	4,5	11,1	97	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	146	4,3	4,6	11,2	104	0,8
Итого			288	14,5	22,7	25,5	366	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	81	0,5	0,1	10	43	2
Итого			81	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	27	0,3	0,8	2,2	17	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	145/6	2,1	1,9	11,4	72	12
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	39	6,1	6,9	5,3	107	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100	2,1	2,6	17,3	102	8,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3	12	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			506	13,2	12,5	55,8	390	21,8
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	43	3,1	4,7	13,6	108	3,43
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	79	2,3	2	3,3	43	0,2
Итого			122	5,4	6,7	16,9	151	3,63
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	59/5	5,8	3,5	16,1	120	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,9	80	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	58	0,2	0,2	5,4	26	2,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4	16	0,02
Итого			337	8,6	3,9	42,4	242	2,32
Всего				42,2	45,9	150,6	1192	30,95

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.