

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ

10 декабря 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	140	4,4	6,4	14,3	133	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/8	3,1	5,7	10	104	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	8,5	74	0,52
Итого			358	10,4	15,2	32,8	311	1,02
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37	0,3	3,1	1,3	35	5,9
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	152/7	2,3	1,5	12,6	76	9,6
2008	265	ПЛОВ	104	9	8,3	33	242	1,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,9	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80	0
Итого			489	14,2	13,2	69,5	457	17,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	43	3,1	2,6	23,7	133	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	86	2,4	2	3,5	45	0,1
Итого			129	5,5	4,6	27,2	178	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	66/15	8,7	7,5	16,5	170	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	58	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	6,9	31	39
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	66	0,3	0,3	6,5	31	6,6
Итого			351	11,1	8,1	42,1	290	45,7
Всего				41,7	41,2	181,6	1279	66,12

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.