

Утверждаю

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

МЕНЮ **13 октября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,6	3,9	16,2	114	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	32/7	1,8	0,7	18,3	85	3,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	0,02
Итого			359	5,5	4,6	39,6	220	4,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	88	0,5	0,1	10	44	2
Итого			88	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	44	0,7	1,7	3,1	32	6,5
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	179/8	3	2,3	17,3	103	13,2
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	45	6,8	8,1	7,2	129	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	104	3,1	3,3	20,5	125	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,2	73	0
Итого			576	16	15,7	68,2	481	21,2
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	42	3,6	3,8	23	140	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	68	2	1,7	2,9	37	0,2
Итого			110	5,6	5,5	25,9	177	0,2
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	110	8,8	5,1	7,2	111	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	3,8	4,1	11,2	98	0,7
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	24	2
Итого			351	14,3	9,5	33,3	280	4,7
Всего				41,9	35,4	177	1202	32,22

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.