

Утверждаю

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



МЕНЮ
16 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,6	4,2	17,9	126	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	40/7/6	2,3	3,9	19,5	123	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	4	11,6	99	0,7
Итого			363	9,6	12,1	49	348	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	44	2
Итого			86	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	37	0,4	1,7	2,9	30	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	149/6	2,9	1,1	16,5	87	5,2
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,7	1,9	28,4	141	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	25/5	5,3	9,1	1,7	111	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,2	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
Итого			527	13,6	14,1	69,7	462	7,2
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	53	3,6	3,3	21,8	131	2,01
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	70	1,9	1,7	2,7	36	0,2
Итого			123	5,5	5	24,5	167	2,21
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	100	5,9	7,3	5,2	111	3,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8,2	39	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		3,7	15	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	23	2
Итого			337	7,4	7,6	22	188	5,72
Всего				36,6	38,9	175,2	1209	18,13

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.