

Утверждаю

И.О. Заведующий

Заведующий

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

23 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3	4,7	15,3	118	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	35/4/5	1,8	4,5	16,3	113	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	2,2	8,7	64	0,42
Итого			364	6,9	11,4	40,3	295	0,82
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	41	0,2	0,2	4	19	1,6
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	79	0,5	0,1	10	44	2
Итого			120	0,7	0,3	14	63	3,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	31	0,2	1,5	1,1	20	4,9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	152/8	2,2	1,4	14,4	82	6,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	35	6	7,6	5,3	112	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	101	10,3	2	21,4	144	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,1	25	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	14	68	0
Итого			510	20,9	12,8	62,3	451	12,1
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	43	3,2	4,4	25	151	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2.5%)	72	2	1,7	2,8	37	0,2
Итого			115	5,2	6,1	27,8	188	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	33	4,6	2,4	7,4	69	0,9
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	106	1,8	2,4	11,7	77	6
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,2	31	32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9	42	0
Итого			327	8	5	35,3	219	38,9
Всего				41,7	35,6	179,7	1216	55,62

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.