

Утверждаю

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

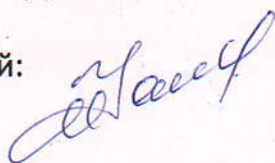
# **МЕНЮ** **31 октября 2025 г.**

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|-----------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                         |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189              | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ       | 140    | 3,9               | 4,1     | 19               | 130                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 1                | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ              | 34/5/6 | 2,9               | 5,6     | 12,5             | 113                                      | 0                     |
| 2008                          | 431              | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                 | 180    | 0,1               |         | 5,1              | 21                                       | 0,12                  |
| Итого                         |                  |                                         | 365    | 6,9               | 9,7     | 36,6             | 264                                      | 0,42                  |
| II Завтрак                    |                  |                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                           | 89     | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                       | 2                     |
| Итого                         |                  |                                         | 89     | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                       | 2                     |
| Обед                          |                  |                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 44               | САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й<br>ВАРИАНТ)  | 27     | 0,5               | 1,2     | 2,4              | 23                                       | 5,5                   |
| 2008                          | 94               | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ            | 146/6  | 2                 | 1,9     | 11,3             | 74                                       | 12,2                  |
| 2008                          | 272              | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ           | 38     | 5,4               | 7,2     | 4,9              | 105                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 335              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 103    | 2,9               | 2,6     | 20,6             | 117                                      | 10,1                  |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                         | 150    | 0,2               | 0,1     | 11,3             | 47                                       | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 38     | 2,5               | 0,3     | 16,2             | 78                                       | 0                     |
| Итого                         |                  |                                         | 508    | 13,5              | 13,3    | 66,7             | 444                                      | 28,2                  |
| Полдник                       |                  |                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 453              | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ                     | 43     | 2,3               | 0,9     | 26,7             | 123                                      | 6,9                   |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(РЯЖЕНКА 2.5%) | 70     | 1,9               | 1,7     | 2,8              | 37                                       | 0,1                   |
| Итого                         |                  |                                         | 113    | 4,2               | 2,6     | 29,5             | 160                                      | 7                     |
| Ужин                          |                  |                                         |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 193              | ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ             | 76     | 2,7               | 2       | 13,6             | 84                                       | 0                     |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                         | 140    | 3,9               | 4,2     | 11               | 98                                       | 0,7                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 33     | 2,5               | 0,2     | 16,6             | 78                                       | 0                     |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                            | 69     | 0,3               | 0,3     | 6,8              | 33                                       | 6,9                   |
| Итого                         |                  |                                         | 318    | 9,4               | 6,7     | 48               | 293                                      | 7,6                   |
| Всего                         |                  |                                         |        | 34,5              | 32,4    | 190,8            | 1204                                     | 45,22                 |

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:



Устюгова Е.В.