

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

20 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	128/20	3,6	5,2	23,6	156	0,94
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	29/4/6	1,6	3,3	14,1	93	1,8
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,7	2,5	0,2	34	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11	47	40,4
Итого			394	8,1	11,1	48,9	330	43,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	87	0,5	0,1	10	44	2
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4,1	20	4,2
Итого			129	0,7	0,3	14,1	64	6,2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	36	0,6	2,2	2,9	35	5,3
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	167/8	2,3	1,8	13	81	11,6
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	116	8,4	10,2	20,8	210	9,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			7,5	30	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			513	13,7	14,5	59,3	429	27,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	43	3,1	2,6	23,2	130	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2.5%)	74	4,7	1,6	6,6	63	0,8
Итого			117	7,8	4,2	29,8	193	0,8
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	28	4,1	3	5	63	0,2
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	129	1,9	3,4	11,2	85	6,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,6	36	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3	3,2	10,3	83	0,53
Итого			353	10,2	9,7	34,1	267	6,93
Всего				40,5	39,8	186,2	1283	84,27

Стоимость: 210 рублей.

Ответственный:

Устюгова Е.В.