

Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

МЕНЮ 20 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,8	5,3	19,5	142	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	31/4/5	1,8	4	14,3	101	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,7	9,2	72	0,43
Итого			360	8,2	12	43	315	0,93
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4	19	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	78	0,5	0,1	10	44	2
Итого			120	0,7	0,3	14	63	3,7
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,3	2	1,2	25	5,9
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	155/8	2,3	1,8	14,8	88	6,4
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	44	7,3	8,4	5,7	127	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	109	11,1	2,4	23,2	159	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			5,9	24	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,3	15,7	76	0
Итого			538	23,4	14,9	66,5	499	13,2
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	47	3,4	5,7	24,9	163	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	81	2,2	1,9	3,1	42	0,2
Итого			128	5,6	7,6	28	205	0,2
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	31	5,1	1,8	4,5	55	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	122	2,1	2,1	12,9	80	6,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,9	34	36,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,2	48	0
Итого			344	9	4,1	35,5	217	43,7
Всего				46,9	38,9	187	1299	61,73

Стоимость: 210 рублей