

Утверждаю

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

# МЕНЮ

1 марта 2023 г.

Ясли 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическа<br>я<br>ценност<br>ь, ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 112              | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ             | 150   | 2,8               | 3,9     | 10,9             | 92                                            | 0,3                   |
| 2008                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 29/8  | 2,9               | 7,2     | 8,4              | 111                                           | 0,1                   |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 156   | 3,7               | 4       | 9,3              | 90                                            | 0,6                   |
| Итого                         |                  |                                                  | 343   | 9,4               | 15,1    | 28,6             | 293                                           | 1                     |
| II Завтрак                    |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                    | 77    | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                            | 2                     |
| Итого                         |                  |                                                  | 77    | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                            | 2                     |
| Обед                          |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 19               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                          | 25    | 0,2               | 2,5     | 0,8              | 27                                            | 2,2                   |
| 2008                          | 80               | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ       | 150/6 | 3                 | 3,2     | 11,7             | 90                                            | 8,2                   |
| 2008                          | 258              | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                              | 113   | 9,2               | 7       | 21               | 185                                           | 10,8                  |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                  | 150   | 0,2               |         | 9,3              | 39                                            | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 37    | 2,5               | 0,3     | 15,8             | 76                                            | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                  | 481   | 15,1              | 13      | 58,6             | 417                                           | 21,2                  |
| Полдник                       |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 464              | СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ                        | 42    | 3,6               | 4,1     | 22,3             | 140                                           | 0                     |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)             | 95    | 2,7               | 2,3     | 3,9              | 50                                            | 0,1                   |
| Итого                         |                  |                                                  | 137   | 6,3               | 6,4     | 26,2             | 190                                           | 0,1                   |
| Ужин                          |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 219              | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 51/8  | 7,8               | 5,9     | 16,4             | 152                                           | 0,12                  |
| 2008                          | 431              | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                          | 180   | 0,1               |         | 3,7              | 16                                            | 0,22                  |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                     | 76    | 0,3               | 0,3     | 7,1              | 34                                            | 3                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 35    | 2,6               | 0,2     | 17,3             | 82                                            | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                  | 350   | 10,8              | 6,4     | 44,5             | 284                                           | 3,34                  |
| Всего                         |                  |                                                  |       | 42,1              | 41      | 167,9            | 1227                                          | 27,64                 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.