

Утверждаю

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



# МЕНЮ

3 февраля 2023 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тически<br>я<br>ценност<br>ь, ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|-------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                 |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                 |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 214              | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                               | 93     | 7,5               | 14,5    | 1,9              | 168                                           | 0,2                   |
| к/к                           | к/к              | КУКУРУЗА САХАРНАЯ                               | 21     | 0,4               |         | 2,2              | 10                                            | 0,4                   |
| 2008                          | 1                | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ                      | 34/5/7 | 3,4               | 5,5     | 12               | 113                                           | 0                     |
| 2008                          | 432              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                      | 177    | 5,1               | 5,5     | 12,2             | 120                                           | 0,9                   |
| Итого                         |                  |                                                 | 337    | 16,4              | 25,5    | 28,3             | 411                                           | 1,5                   |
| II Завтрак                    |                  |                                                 |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                   | 85     | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                            | 2                     |
| Итого                         |                  |                                                 | 85     | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                            | 2                     |
| Обед                          |                  |                                                 |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 71               | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ  | 28     | 0,3               | 1,6     | 2,2              | 25                                            | 0,7                   |
| 2008                          | 84               | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ   | 150/6  | 4,1               | 4,2     | 10,8             | 101                                           | 10,6                  |
| 2008                          | 272              | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ                                  | 56     | 7,8               | 7,8     | 5                | 122                                           | 0,3                   |
| 2008                          | 55               | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ | 95     | 1,9               | 3,6     | 16,1             | 105                                           | 8,4                   |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 150    |                   |         | 3,2              | 13                                            | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 40     | 2,6               | 0,4     | 17               | 82                                            | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                 | 525    | 16,7              | 17,6    | 54,3             | 448                                           | 20                    |
| Полдник                       |                  |                                                 |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 451              | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ             | 47     | 4,1               | 8       | 14,1             | 144                                           | 4,07                  |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)            | 113    | 3,3               | 2,8     | 4,8              | 61                                            | 0,3                   |
| Итого                         |                  |                                                 | 160    | 7,4               | 10,8    | 18,9             | 205                                           | 4,37                  |
| Ужин                          |                  |                                                 |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 0610             | КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ        | 67/5   | 5,4               | 4,6     | 14,7             | 122                                           | 0,1                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 38     | 2,8               | 0,2     | 18,6             | 88                                            | 0                     |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                    | 64     | 0,3               | 0,3     | 6                | 29                                            | 2,5                   |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 180    | 0,2               |         | 3,5              | 15                                            | 0,03                  |
| Итого                         |                  |                                                 | 354    | 8,7               | 5,1     | 42,8             | 254                                           | 2,63                  |
| Всего                         |                  |                                                 |        | 49,7              | 59,1    | 154,3            | 1361                                          | 30,5                  |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

*Моисеева Т.А.*

Моисеева Т.А.