

Утверждаю

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

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

7 февраля 2024 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ<br>МОЛОЧНАЯ  | 140   | 4,3               | 5,2     | 14,9             | 124                                      | 0,5                   |
| 2008                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                           | 31/8  | 3,3               | 5,5     | 10,3             | 105                                      | 0,1                   |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С МОЛОКОМ                               | 180   | 2,8               | 2,9     | 7,8              | 69                                       | 0,53                  |
| Итого                         |                  |                                             | 359   | 10,4              | 13,6    | 33               | 298                                      | 1,13                  |
| II Завтрак                    |                  |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                               | 68    | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                       | 2                     |
| Итого                         |                  |                                             | 68    | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                       | 2                     |
| Обед                          |                  |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 23               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И<br>ОГУРЦОВ      | 40    | 0,4               | 1,7     | 1,4              | 23                                       | 6,5                   |
| 2008                          | 78               | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И<br>ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ | 153/7 | 2,4               | 2       | 13,6             | 85                                       | 9,4                   |
| 2008                          | 265              | ПЛОВ                                        | 102   | 8,9               | 7,1     | 26,1             | 206                                      | 1,8                   |
| 2008                          | 394              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ЯБЛОК)          | 150   |                   |         | 6                | 25                                       | 0,5                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 38    | 2,5               | 0,3     | 16,2             | 78                                       | 0                     |
| Итого                         |                  |                                             | 490   | 14,2              | 11,1    | 63,3             | 417                                      | 18,2                  |
| Полдник                       |                  |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 471              | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                          | 50    | 3,6               | 3       | 27,3             | 153                                      | 0                     |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(РЯЖЕНКА 2,5%)     | 87    | 2,4               | 2,1     | 3,5              | 45                                       | 0,1                   |
| Итого                         |                  |                                             | 137   | 6                 | 5,1     | 30,8             | 198                                      | 0,1                   |
| Ужин                          |                  |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 225              | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО<br>СМЕТАННЫМ СОУСОМ    | 74/15 | 10,1              | 9,7     | 14,8             | 189                                      | 0,1                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30    | 2,3               | 0,2     | 15,1             | 71                                       | 0                     |
| 2008                          | 437              | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                        | 180   | 0,2               | 0,1     | 6,1              | 27                                       | 34,7                  |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                | 67    | 0,3               | 0,3     | 6,6              | 32                                       | 6,7                   |
| Итого                         |                  |                                             | 366   | 12,9              | 10,3    | 42,6             | 319                                      | 41,5                  |
| Всего                         |                  |                                             |       | 44                | 40,2    | 179,7            | 1275                                     | 62,93                 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.