

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

**МЕНЮ**

8 февраля 2024 г.

Сад 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                   | 180     | 6,1               | 6,7     | 29,9             | 205                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 2                | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ                  | 44/12/6 | 2,1               | 5       | 21,7             | 141                                      | 0,1                   |
| 2008                          | 432              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                     | 180     | 4,5               | 4,7     | 15,7             | 123                                      | 0,8                   |
| Итого                         |                  |                                                | 422     | 12,7              | 16,4    | 67,3             | 469                                      | 1,3                   |
| II Завтрак                    |                  |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 83      | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Итого                         |                  |                                                | 83      | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Обед                          |                  |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 71               | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 52      | 0,5               | 2       | 3,7              | 36                                       | 1,3                   |
| 2008                          | 99               | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                       | 197/16  | 5,1               | 1,7     | 22,5             | 126                                      | 5,7                   |
| 2008                          | 259              | ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ                     | 36/7    | 10,7              | 13,6    | 2                | 176                                      | 1,6                   |
| 2008                          | 181              | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                       | 150     | 2,9               | 2,3     | 30,6             | 155                                      | 0                     |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180     |                   |         | 7,9              | 31                                       | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 48      | 3,2               | 0,4     | 20,3             | 97                                       | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                | 686     | 22,4              | 20      | 87               | 621                                      | 8,6                   |
| Полдник                       |                  |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 451              | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ                   | 70      | 3,9               | 2,3     | 26,6             | 142                                      | 2,06                  |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)             | 107     | 3                 | 2,6     | 4,2              | 55                                       | 0,3                   |
| Итого                         |                  |                                                | 177     | 6,9               | 4,9     | 30,8             | 197                                      | 2,36                  |
| Ужин                          |                  |                                                |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 253              | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ                    | 97      | 7,7               | 7       | 3,7              | 110                                      | 2,7                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 32      | 2,4               | 0,2     | 16               | 76                                       | 0                     |
| 2008                          | 435              | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                   | 55      | 0,2               | 0,2     | 5,2              | 25                                       | 2,2                   |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200     | 0,2               |         | 7,3              | 30                                       | 0,03                  |
| Итого                         |                  |                                                | 384     | 10,5              | 7,4     | 32,2             | 241                                      | 4,93                  |
| Всего                         |                  |                                                |         | 53                | 48,8    | 227,3            | 1572                                     | 19,19                 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.