Утверждаю

Заведующий

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

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

**14 апреля 2023 г.**

## Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 85 | 5,9 | 16,3 | 1,9 | 177 | 0,2 |
| к/к | к/к | КУКУРУЗА САХАРНАЯ | 18 | 0,4 | | 1,9 | 9 | 0,4 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 33/5/7 | 3,1 | 7,6 | 10,3 | 123 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 198 | 5,7 | 6,1 | 14 | 136 | 1 |
| **Итого** | | | **346** | **15,1** | **30** | **28,1** | **445** | **1,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 88 | 0,5 | 0,1 | 10 | 43 | 2 |
| **Итого** | | | **88** | **0,5** | **0,1** | **10** | **43** | **2** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2008 | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 29 | 0,3 | 1,9 | 2,3 | 28 | 0,7 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 150/6 | 4,4 | 4,5 | 11 | 104 | 10,3 |
| 2008 | 272 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 58 | 8,4 | 8,6 | 4,8 | 130 | 0,3 |
| 2008 | 55 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ | 100 | 2,1 | 2,3 | 17,4 | 99 | 8,9 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 3,9 | 16 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 36 | 2,4 | 0,3 | 15,3 | 73 | 0 |
| **Итого** | | | **529** | **17,6** | **17,6** | **54,7** | **450** | **20,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ | 49 | 4,5 | 9,4 | 15,4 | 165 | 3,74 |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%) | 110 | 3,2 | 2,8 | 4,6 | 59 | 0,3 |
| **Итого** | | | **159** | **7,7** | **12,2** | **20** | **224** | **4,04** |
| **Ужин** | | | | | | | | |
| 2008 | 0610 | КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ | 73/5 | 6,4 | 5,4 | 13,5 | 128 | 0,1 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 34 | 2,5 | 0,2 | 16,6 | 78 | 0 |
| 2008 | | СВЕЖИЙ ФРУКТ | 69 | 0,3 | 0,3 | 6,5 | 31 | 2,8 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | | 4,2 | 17 | 0,03 |
| **Итого** | | | **361** | **9,4** | **5,9** | **40,8** | **254** | **2,93** |
| **Всего** | | | | **50,3** | **65,8** | **153,6** | **1416** | **30,77** |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: Моисеева Т.А.