

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

15 ноября 2022 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда           | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                              |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ       | 180   | 5,4               | 7,6     | 23,1             | 183                                      | 0,7                   |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ           | 42/7  | 2,8               | 5,4     | 19,3             | 138                                      | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ              | 175   | 3,9               | 4,1     | 12,6             | 104                                      | 0,6                   |
| Итого                         |                     |                              | 404   | 12,1              | 17,1    | 55               | 425                                      | 1,3                   |
| II Завтрак                    |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                | 75    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2,04                  |
| Итого                         |                     |                              | 75    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2,04                  |
| Обед                          |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"             | 52    | 0,7               | 1,5     | 5,6              | 39                                       | 2                     |
| 2008                          | 95                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ    | 191/8 | 4                 | 3,7     | 13,1             | 105                                      | 12,4                  |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ              | 115   | 9,1               | 10,4    | 10,2             | 172                                      | 18                    |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА              | 180   | 0,3               | 0,1     | 15,7             | 65                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 43    | 2,9               | 0,4     | 18,4             | 88                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                              | 589   | 17                | 16,1    | 63               | 469                                      | 32,4                  |
| Полдник                       |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 483                 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ             | 48    | 3,3               | 4,9     | 30,9             | 180                                      | 0                     |
| 2008                          | 435                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ        | 119   | 6                 | 0,2     | 8                | 62                                       | 2                     |
| Итого                         |                     |                              | 167   | 9,3               | 5,1     | 38,9             | 242                                      | 2                     |
| Ужин                          |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 233                 | МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ | 85/9  | 9,7               | 10,4    | 34,8             | 274                                      | 0,6                   |
| 2008                          |                     | СВЕЖИЙ ФРУКТ                 | 66    | 0,3               | 0,3     | 6,4              | 31                                       | 6,6                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 33    | 2,5               | 0,2     | 16,7             | 79                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ      | 200   | 0,2               |         | 7,1              | 29                                       | 0,33                  |
| Итого                         |                     |                              | 393   | 12,7              | 10,9    | 65               | 413                                      | 7,53                  |
| Всего                         |                     |                              |       | 51,6              | 49,3    | 231,9            | 1593                                     | 45,27                 |

Стоимость 179 рублей