

Утверждаю

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

Заведующий

Баландина О.В./

# МЕНЮ

18 сентября 2023 г.

Ясли 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                          | 189                 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ              | 140   | 3,5               | 3,7     | 15,4             | 110                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                          | 33/7  | 2                 | 0,8     | 18               | 87                                       | 2,3                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180   | 0,2               |         | 5,2              | 21                                       | 0,03                  |
| Итого                         |                     |                                             | 360   | 5,7               | 4,5     | 38,6             | 218                                      | 2,73                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                               | 76    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Итого                         |                     |                                             | 76    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 35                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ | 43    | 0,7               | 1,7     | 3,1              | 32                                       | 5,9                   |
| 2008                          | 76                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 179/8 | 2,7               | 3,1     | 16,4             | 108                                      | 12,3                  |
| 2008                          | 314                 | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ                            | 48    | 7,6               | 9,6     | 7,3              | 145                                      | 0,7                   |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 104   | 3,1               | 3,9     | 20,1             | 129                                      | 0,95                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                 | 160   |                   |         | 4,9              | 19                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 36    | 2,4               | 0,3     | 15,2             | 73                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                             | 578   | 16,5              | 18,6    | 67               | 506                                      | 19,85                 |
| Полдник                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 464                 | БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"                            | 42    | 3,6               | 3,1     | 23,6             | 136                                      | 0                     |
| 2008                          | 435                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                       | 79    | 2,3               | 2       | 3,3              | 43                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                             | 121   | 5,9               | 5,1     | 26,9             | 179                                      | 0,2                   |
| Ужин                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 249                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                   | 92    | 8,5               | 4,1     | 5,8              | 95                                       | 1,5                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20    | 1,5               | 0,1     | 10               | 47                                       | 0                     |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                  | 170   | 4,1               | 4,3     | 12,1             | 104                                      | 0,7                   |
| 2008                          | 435                 | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                | 53    | 0,2               | 0,2     | 5                | 24                                       | 2,1                   |
| Итого                         |                     |                                             | 335   | 14,3              | 8,7     | 32,9             | 270                                      | 4,3                   |
| Всего                         |                     |                                             |       | 42,9              | 37      | 175,4            | 1217                                     | 29,08                 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: Мосеев Е.А.