

Утверждаю

Заведующий  
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №350" городского округа Самара  
/Баландина О.В./



# МЕНЮ

20 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тически<br>я ценнос<br>ть, ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|--------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                            |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 112              | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ             | 150   | 2,8               | 5       | 11,1             | 102                                        | 0,3                   |
| 2008                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30/8  | 3,1               | 6,7     | 9,3              | 111                                        | 0,1                   |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 154   | 4                 | 4,1     | 9,7              | 93                                         | 0,6                   |
| Итого                         |                  |                                                  | 342   | 9,9               | 15,8    | 30,1             | 306                                        | 1                     |
| II Завтрак                    |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                    | 86    | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                         | 2                     |
| Итого                         |                  |                                                  | 86    | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                         | 2                     |
| Обед                          |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 19               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                          | 27    | 0,3               | 2,7     | 0,9              | 29                                         | 2,4                   |
| 2008                          | 80               | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ       | 156/6 | 2,1               | 2,5     | 12,7             | 85                                         | 9,6                   |
| 2008                          | 258              | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                              | 99    | 7,6               | 5,8     | 20,2             | 164                                        | 10,4                  |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                  | 150   | 0,2               |         | 9,6              | 40                                         | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40    | 2,6               | 0,4     | 17               | 82                                         | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                  | 478   | 12,8              | 11,4    | 60,4             | 400                                        | 22,4                  |
| Полдник                       |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 464              | СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ                        | 45    | 3,8               | 4,5     | 24               | 151                                        | 0                     |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)             | 79    | 2,2               | 1,9     | 3,2              | 41                                         | 0,1                   |
| Итого                         |                  |                                                  | 124   | 6                 | 6,4     | 27,2             | 192                                        | 0,1                   |
| Ужин                          |                  |                                                  |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 219              | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 60/8  | 9,6               | 7,2     | 17,5             | 173                                        | 0,12                  |
| 2008                          | 431              | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                          | 180   | 0,1               |         | 4,1              | 17                                         | 0,22                  |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                     | 72    | 0,3               | 0,3     | 6,7              | 32                                         | 2,8                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 34    | 2,5               | 0,2     | 16,6             | 78                                         | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                  | 354   | 12,5              | 7,7     | 44,9             | 300                                        | 3,14                  |
| Всего                         |                  |                                                  |       | 41,7              | 41,4    | 172,6            | 1241                                       | 28,64                 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.