

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

**МЕНЮ**

21 апреля 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<br>ценност<br>ь, ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                        |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 189              | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                      | 140    | 5,1               | 4,5     | 24,2             | 159                                           | 0,4                   |
| 2008                          | 1                | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ                             | 31/6/6 | 2,9               | 6,3     | 10,9             | 113                                           | 0                     |
| 2008                          | 431              | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                | 180    | 0,2               |         | 5,3              | 22                                            | 0,24                  |
| Итого                         |                  |                                                        | 363    | 8,2               | 10,8    | 40,4             | 294                                           | 0,64                  |
| II Завтрак                    |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                          | 79     | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                            | 2                     |
| Итого                         |                  |                                                        | 79     | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                            | 2                     |
| Обед                          |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 44               | САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й<br>ВАРИАНТ)                 | 30     | 0,5               | 1,2     | 3                | 27                                            | 6,6                   |
| 2008                          | 94               | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ<br>НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 150/6  | 4                 | 3,8     | 10,5             | 96                                            | 11,5                  |
| 2008                          | 335              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                      | 109    | 3,1               | 3,4     | 20,5             | 125                                           | 9,9                   |
| 2008                          | 272              | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ                          | 54     | 7,6               | 8,5     | 4,5              | 125                                           | 0,3                   |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                        | 150    | 0,2               | 0,1     | 11,3             | 47                                            | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                            | 39     | 2,6               | 0,3     | 16,4             | 79                                            | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                        | 538    | 18                | 17,3    | 66,2             | 499                                           | 28,3                  |
| Полдник                       |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 453              | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ                                    | 43     | 2,3               | 0,9     | 26,3             | 121                                           | 6,8                   |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(РЯЖЕНКА 2,5%)                | 96     | 2,7               | 2,3     | 3,9              | 50                                            | 0,1                   |
| Итого                         |                  |                                                        | 139    | 5                 | 3,2     | 30,2             | 171                                           | 6,9                   |
| Ужин                          |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 193              | ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ                            | 80     | 3,3               | 3,5     | 12,3             | 93                                            | 0                     |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                                        | 173    | 5,2               | 5,5     | 12,8             | 123                                           | 0,9                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 36     | 2,8               | 0,2     | 18,2             | 86                                            | 0                     |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                           | 70     | 0,3               | 0,3     | 6,9              | 33                                            | 7                     |
| Итого                         |                  |                                                        | 359    | 11,6              | 9,5     | 50,2             | 335                                           | 7,9                   |
| Всего                         |                  |                                                        |        | 43,3              | 40,9    | 197              | 1342                                          | 45,74                 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:



Моисеева Т.А.