

Утверждаю

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

# МЕНЮ

25 января 2024 г.

Ясли 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189              | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                   | 130    | 4                 | 4,9     | 20               | 141                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 2                | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ                  | 43/7/6 | 2,4               | 5       | 20,4             | 137                                      | 0                     |
| 2008                          | 432              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                     | 180    | 4,5               | 4,8     | 13,8             | 117                                      | 0,8                   |
| Итого                         |                  |                                                | 366    | 10,9              | 14,7    | 54,2             | 395                                      | 1,1                   |
| II Завтрак                    |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 78     | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Итого                         |                  |                                                | 78     | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Обед                          |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 71               | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 35     | 0,3               | 1,9     | 2,8              | 31                                       | 0,9                   |
| 2008                          | 99               | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                       | 148/6  | 2,9               | 1,1     | 17,1             | 90                                       | 5,2                   |
| 2008                          | 181              | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                       | 110    | 1,9               | 1,9     | 20,7             | 107                                      | 0                     |
| 2008                          | 259              | ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ                     | 28/6   | 6,9               | 10,2    | 1,8              | 129                                      | 1,2                   |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 160    |                   |         | 4,9              | 19                                       | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 44     | 2,9               | 0,4     | 18,7             | 90                                       | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                | 537    | 14,9              | 15,5    | 66               | 466                                      | 7,3                   |
| Полдник                       |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 451              | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ                   | 53     | 3,5               | 4,5     | 20,4             | 135                                      | 1,89                  |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)             | 90     | 2,5               | 2,2     | 3,5              | 46                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                  |                                                | 143    | 6                 | 6,7     | 23,9             | 181                                      | 2,09                  |
| Ужин                          |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 253              | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ                    | 101    | 7,8               | 7,3     | 4,2              | 115                                      | 2,7                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 15     | 1,1               | 0,1     | 7,5              | 36                                       | 0                     |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 170    | 0,1               |         | 4,2              | 17                                       | 0,03                  |
| 2008                          | 435              | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                   | 51     | 0,2               | 0,2     | 4,8              | 23                                       | 2                     |
| Итого                         |                  |                                                | 337    | 9,2               | 7,6     | 20,7             | 191                                      | 4,73                  |
| Всего                         |                  |                                                |        | 41,5              | 44,6    | 174,8            | 1277                                     | 17,22                 |

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

*Т.А. Моисеева*

Моисеева Т.А.