

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350/Городского округа Самара

Заведующий

Баландина О.В./

# МЕНЮ

27 июня 2023 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   | 5,3               | 6,8     | 24,2             | 180                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ           | 35/7  | 2,4               | 4,5     | 16,4             | 116                                      | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ              | 169   | 3,7               | 4       | 12,4             | 101                                      | 0,6                   |
| Итого                         |                     |                              | 391   | 11,4              | 15,3    | 53               | 397                                      | 1,2                   |
| II Завтрак                    |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                | 73    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Итого                         |                     |                              | 73    | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2                     |
| Обед                          |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"             | 43    | 0,6               | 1,5     | 4,7              | 35                                       | 1,6                   |
| 2008                          | 95                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ    | 200/8 | 3,7               | 4,7     | 10,9             | 104                                      | 11,7                  |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ              | 124   | 9,6               | 10,9    | 9,8              | 179                                      | 19,7                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА              | 180   | 0,3               | 0,1     | 15,2             | 63                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 43    | 2,9               | 0,4     | 18,4             | 88                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                              | 598   | 17,1              | 17,6    | 59               | 469                                      | 33                    |
| Полдник                       |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 483                 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ             | 50    | 3,5               | 5,8     | 31,7             | 192                                      | 0                     |
| 2008                          | 435                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ        | 95    | 6                 | 0,2     | 8                | 62                                       | 2                     |
| Итого                         |                     |                              | 145   | 9,5               | 6       | 39,7             | 254                                      | 2                     |
| Ужин                          |                     |                              |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 233                 | МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ | 87/9  | 9,4               | 10,7    | 36,8             | 282                                      | 0,7                   |
| 2008                          |                     | СВЕЖИЙ ФРУКТ                 | 64    | 0,3               | 0,3     | 6,3              | 30                                       | 6,4                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 33    | 2,5               | 0,2     | 16,4             | 78                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ      | 200   | 0,2               |         | 7,3              | 30                                       | 0,24                  |
| Итого                         |                     |                              | 393   | 12,4              | 11,2    | 66,8             | 420                                      | 7,34                  |
| Всего                         |                     |                              |       | 50,9              | 50,2    | 228,5            | 1584                                     | 45,54                 |

Стоимость: 179 рублей