

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа  
/Баландина О.В./

Заведующий

# МЕНЮ

1 июня 2022 г.

## Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выхо<br>д | Химический состав |         |                  | Энер-<br>ге-<br>тичес-<br>кая<br>ценн-<br>ость,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------|-----------|-------------------|---------|------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                            |           | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                                         |                       |
| Завтрак                       |                  |                                            |           |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 189              | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ<br>МОЛОЧНАЯ | 140       | 3,8               | 5,3     | 13,7             | 119                                                     | 0,4                   |
| 2008                          | 2                | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                         | 33/7      | 1,8               | 0,7     | 18,9             | 87                                                      | 4                     |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С МОЛОКОМ                              | 180       | 2,4               | 2,5     | 8,9              | 69                                                      | 0,42                  |
| Итого                         |                  |                                            | 360       | 8                 | 8,5     | 41,5             | 275                                                     | 4,82                  |
| Обед                          |                  |                                            |           |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 35               | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ              | 44        | 0,7               | 2,5     | 4,7              | 45                                                      | 6,4                   |
| 2008                          | 78               | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ                  | 148/7     | 3,5               | 3,6     | 14,6             | 106                                                     | 10                    |
| 2008                          | 265              | ПЛОВ                                       | 100       | 9,6               | 9       | 20,6             | 203                                                     | 1,4                   |
| 2008                          | 394              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ЯБЛОК)         | 150       |                   |         | 5,8              | 23                                                      | 0,4                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 38        | 2,5               | 0,3     | 15,9             | 77                                                      | 0                     |
| Итого                         |                  |                                            | 487       | 16,3              | 15,4    | 61,6             | 454                                                     | 18,2                  |
| Полдник                       |                  |                                            |           |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 471              | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"                         | 52        | 3,8               | 3,1     | 28,5             | 159                                                     | 0                     |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                              | 105       | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                                      | 2,02                  |
| Итого                         |                  |                                            | 157       | 4,3               | 3,2     | 38,5             | 202                                                     | 2,02                  |
| Ужин                          |                  |                                            |           |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 249              | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                  | 81        | 7,9               | 5       | 6,6              | 104                                                     | 1,1                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 35        | 2,7               | 0,2     | 17,6             | 83                                                      | 0                     |
| 2008                          | 437              | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                       | 180       | 0,2               | 0,1     | 8,2              | 35                                                      | 39                    |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                               | 53        | 0,2               | 0,2     | 5,2              | 25                                                      | 5,3                   |
| Итого                         |                  |                                            | 349       | 11                | 5,5     | 37,6             | 247                                                     | 45,4                  |
| Всего                         |                  |                                            |           | 39,6              | 32,6    | 179,2            | 1178                                                    | 70,44                 |

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.