

Утверждаю

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



МЕНЮ **22 марта 2022 г.**

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	140	4,2	5,4	19,4	144	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/6	1,6	3,9	10,6	84	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	169	3,5	3,8	8,7	84	0,6
Итого			340	9,3	13,1	38,7	312	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	63	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			63	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	29	0,4	1,3	3,1	26	1
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	139/7	2,8	3,1	8,8	76	9,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	94	7	7,8	8,1	133	14,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0,1	10,5	44	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			456	13	12,6	46,3	355	24,7
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	44	3	5,5	25,3	162	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	93	4,8	0,2	6,4	50	1,59
Итого			137	7,8	5,7	31,7	212	1,59
Ужин								
2008	233	МОРКОВНЫЕ СЫРНИКИ	53	7,3	7,5	16,8	166	0,3
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	52	0,2	0,2	5,1	25	5,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2		3,5	15	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,7	70	0
Итого			314	9,9	7,9	40,1	276	5,7
Всего				40,5	39,4	166,8	1199	35,13

Стоимость рациона - 151 руб

Ответственный - ММ /Моисеева Т. А.