

Утверждаю

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

Заведующий

/Баландина О.В./

**МЕНЮ**

24 февраля 2022 г.

Ясли 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                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                   | 140    | 4,4               | 4,3     | 22,8             | 149                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И<br>МАСЛОМ                  | 46/7/6 | 2,6               | 4,4     | 22,4             | 141                                      | 0                     |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                        | 170    | 3,3               | 3,6     | 10,5             | 88                                       | 0,6                   |
| Итого                         |                     |                                                   | 369    | 10,3              | 12,3    | 55,7             | 378                                      | 0,9                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                     | 75     | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2,04                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 75     | 0,5               | 0,1     | 10               | 44                                       | 2,04                  |
| Обед                          |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 71                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С<br>МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 29     | 0,3               | 1,6     | 2,3              | 26                                       | 0,7                   |
| 2008                          | 99                  | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ                          | 150/6  | 3,7               | 3,4     | 14,5             | 103                                      | 4,9                   |
| 2008                          | 181                 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                          | 110    | 2,1               | 2,9     | 22,5             | 126                                      | 0                     |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ                        | 24/4   | 4                 | 6,7     | 1,4              | 84                                       | 0,9                   |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                       | 160    |                   |         | 4,9              | 19                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 38     | 2,5               | 0,3     | 16,2             | 78                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                   | 521    | 12,6              | 14,9    | 61,8             | 436                                      | 6,5                   |
| Полдник                       |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С<br>КАРТОШКОЙ                   | 62     | 3,6               | 3,1     | 22,7             | 133                                      | 2,1                   |
| 2008                          | 435                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ                             | 86     | 2,4               | 2       | 3,3              | 44                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                   | 148    | 6                 | 5,1     | 26               | 177                                      | 2,3                   |
| Ужин                          |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 225                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО<br>СМЕТАННЫМ СОУСОМ          | 70/15  | 7,3               | 9,9     | 17,4             | 189                                      | 0,1                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 16     | 1,2               | 0,1     | 7,9              | 38                                       | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 170    | 0,1               |         | 4,3              | 17                                       | 0                     |
| 2008                          | 435                 | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                      | 42     | 0,2               | 0,2     | 4                | 19                                       | 1,7                   |
| Итого                         |                     |                                                   | 313    | 8,8               | 10,2    | 33,6             | 263                                      | 1,8                   |
| Всего                         |                     |                                                   |        | 38,2              | 42,6    | 187,1            | 1298                                     | 13,54                 |

Стоимость рациона - 151 рубОтветственный - Моисеева Т. А.