

Утверждаю

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

# МЕНЮ

26 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                         | Выход  | Химический состав |         |                  | Энер-<br>ге-<br>тиче-<br>ская<br>ценн-<br>ость,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                            |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                                         |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                            |        |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 189              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                               | 140    | 3,7               | 5,6     | 18,9             | 143                                                     | 0,5                   |
| 2008                          | 2                | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И<br>МАСЛОМ                           | 36/4/5 | 1,9               | 5,2     | 16               | 119                                                     | 0                     |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                              | 180    | 2,6               | 2,8     | 9,4              | 74                                                      | 0,52                  |
| Итого                         |                  |                                                            | 365    | 8,2               | 13,6    | 44,3             | 336                                                     | 1,02                  |
| II Завтрак                    |                  |                                                            |        |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 435              | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                               | 39     | 0,2               | 0,2     | 3,7              | 18                                                      | 1,6                   |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ                                              | 100    | 0,5               | 0,1     | 10               | 43                                                      | 2,04                  |
| Итого                         |                  |                                                            | 139    | 0,7               | 0,3     | 13,7             | 61                                                      | 3,64                  |
| Обед                          |                  |                                                            |        |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 23               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И<br>ОГУРЦОВ                     | 32     | 0,3               | 2       | 1,1              | 24                                                      | 5,3                   |
| 2008                          | 91               | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО<br>СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 150/8  | 2,8               | 3,6     | 9,6              | 84                                                      | 4,2                   |
| 2008                          | 314              | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                                 | 39     | 6,6               | 8       | 3,2              | 112                                                     | 0,3                   |
| 2008                          | 161              | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ                                             | 101    | 10,1              | 2,8     | 21               | 150                                                     | 0                     |
| 2008                          | 394              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(ЯБЛОК)                         | 150    |                   |         | 5,8              | 24                                                      | 0,3                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                | 38     | 2,5               | 0,3     | 16,1             | 78                                                      | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                            | 518    | 22,3              | 16,7    | 56,8             | 472                                                     | 10,1                  |
| Полдник                       |                  |                                                            |        |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 483              | КОРЖИК САХАРИНКА                                           | 47     | 3,6               | 4,6     | 25,9             | 161                                                     | 0                     |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР<br>2,5%)                      | 94     | 2,6               | 2,3     | 3,7              | 48                                                      | 0,3                   |
| Итого                         |                  |                                                            | 141    | 6,2               | 6,9     | 29,6             | 209                                                     | 0,3                   |
| Ужин                          |                  |                                                            |        |                   |         |                  |                                                         |                       |
| 2008                          | 245              | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ                                             | 29     | 5,3               | 2,2     | 2,8              | 52                                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 355              | ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ<br>ГОРОШКОМ                       | 111    | 1,8               | 2,8     | 11,7             | 80                                                      | 6                     |
| 2008                          | 437              | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                                       | 170    | 0,2               | 0,1     | 7,9              | 34                                                      | 39,9                  |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 16     | 1,2               | 0,1     | 7,8              | 37                                                      | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                            | 326    | 8,5               | 5,2     | 30,2             | 203                                                     | 46,3                  |
| Всего                         |                  |                                                            |        | 45,9              | 42,7    | 174,6            | 1281                                                    | 61,36                 |

Стоимость: 151 рубль

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