

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

1 июня 2022 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,7	8,2	16,8	160	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	43/12	2,2	0,8	25,8	117	6,4
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,6	2,8	12,1	85	0,53
Итого			435	9,5	11,8	54,7	362	7,53
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	45	0,8	1,6	3,6	33	7,5
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	189/8	4,5	3,4	15,4	112	13
2008	265	ПЛОВ	107	10,7	8,8	25,3	223	1,4
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			574	19,1	14,3	72,4	497	22,5
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	49	3,5	2,9	26,4	147	0
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	105	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			154	4	3	36,4	190	2,02
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	79	7,8	3,9	5,8	92	1,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	5	24	5,1
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11	47	40,6
Итого			365	10,9	4,4	39,4	246	46,8
Всего				43,5	33,5	202,9	1295	78,85

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.