

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 августа 2022 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	160/20	4,7	4,8	30,3	184	0,64
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	49/17/6	2,3	4,2	27,5	155	6,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,8	51	51,3
Итого			432	7,3	9,1	69,6	390	58,74
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	44	1	2,2	4,1	41	6,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	200/8	4,3	2,9	14,9	102	12
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	142	10,6	11,6	21,1	233	10,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,2	0,1	14,1	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	21,9	105	0
Итого			626	19,5	17,3	76,1	539	29,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	127	3,6	3,1	5,1	66	0,2
Итого			177	7,2	6,1	32,3	218	0,2
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	83	10,2	6,6	3,7	114	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,3	3,5	12,1	94	0,63
Итого			314	13,5	10,1	15,8	208	1,43
Всего				48	42,7	203,8	1398	92,09

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:  Моисеева Т.А.