

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа

Заведующий

/Баландина О.В./

# МЕНЮ

2 марта 2022 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выхо<br>д | Химический состав |         |                  | Энер-<br>ге-<br>тичес-<br>кая<br>ценн<br>ость,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|-----------|-------------------|---------|------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                  |           | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                                        |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                  |           |                   |         |                  |                                                        |                       |
| 2008                          | 112              | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ             | 180       | 4,7               | 6,7     | 19,7             | 159                                                    | 0,5                   |
| 2008                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 40/12     | 4,8               | 7,5     | 14,6             | 146                                                    | 0,1                   |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 159       | 3,8               | 4,1     | 13,6             | 107                                                    | 0,7                   |
| Итого                         |                  |                                                  | 391       | 13,3              | 18,3    | 47,9             | 412                                                    | 1,3                   |
| 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                          | 20               | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ                | 53        | 0,5               | 1,6     | 1,5              | 24                                                     | 3,2                   |
| 2008                          | 80               | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ       | 200/8     | 3,9               | 4,9     | 14,2             | 120                                                    | 12,4                  |
| 2008                          | 258              | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                              | 110       | 8,7               | 7,3     | 21               | 185                                                    | 10,7                  |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                  | 180       | 0,3               | 0,1     | 15,4             | 63                                                     | 0                     |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 50        | 3,3               | 0,4     | 21,4             | 103                                                    | 0                     |
| Итого                         |                  |                                                  | 601       | 16,7              | 14,3    | 73,5             | 495                                                    | 26,3                  |
| Полдник                       |                  |                                                  |           |                   |         |                  |                                                        |                       |
| 2008                          | 464              | СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ                        | 50        | 4                 | 4,3     | 28,7             | 169                                                    | 0                     |
| 2008                          | 435              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)             | 103       | 2,9               | 2,5     | 4,2              | 54                                                     | 0,1                   |
| Итого                         |                  |                                                  | 153       | 6,9               | 6,8     | 32,9             | 223                                                    | 0,1                   |
| Ужин                          |                  |                                                  |           |                   |         |                  |                                                        |                       |
| 2008                          | 219              | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 70/10     | 9,9               | 7,1     | 19,9             | 183                                                    | 0,1                   |
| 2008                          |                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                     | 53        | 0,2               | 0,2     | 5                | 24                                                     | 2,1                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 33        | 2,4               | 0,2     | 16,2             | 77                                                     | 0                     |
| 2008                          | 431              | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                          | 200       | 0,1               |         | 7,9              | 32                                                     | 0,2                   |
| Итого                         |                  |                                                  | 366       | 12,6              | 7,5     | 49               | 316                                                    | 2,4                   |
| Всего                         |                  |                                                  |           | 50                | 47      | 213,3            | 1489                                                   | 32,12                 |

Стоимость: 151 рубль

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