

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

3 октября 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,7	6	21,8	165	0,7
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	41/12	2,2	0,8	23,9	110	5,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,1	33	0,04
Итого			413	8,1	6,8	53,8	308	6,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	67	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			67	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	47	0,8	2	3,5	36	6,5
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/9	3,8	4,2	13,3	109	10,7
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	55	7,6	10,4	7,3	154	0,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	136	4,2	3,8	26,7	158	0,52
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,7	100	0
Итого			656	19,6	20,8	79,1	588	18,32
Полдник								
2008	464	БУЛОЧКА "ЛЮБАВА"	50	4,2	4,2	29,2	172	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	81	2,3	2	3,4	44	0,2
Итого			131	6,5	6,2	32,6	216	0,2
Ужин								
2008	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	79	8	5,5	3,9	97	1,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,2	15,5	73	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,3	3,6	13,4	100	0,6
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	49	0,2	0,2	4,8	23	2
Итого			359	13,9	9,5	37,6	293	3,8
Всего				48,6	43,4	213,1	1449	30,5

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.