

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тичес- кая ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	91	6,8	15,6	1,9	175	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	29	0,6	0,1	3	14	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/4/12	4,3	6,8	15,3	140	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	171	5	5,3	16	132	0,9
Итого			350	16,7	27,8	36,2	461	1,7
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	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	34	0,4	1,6	2,6	28	0,9
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	4,2	4	12,6	107	13,1
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	47	6,3	7,6	5,6	114	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	111	3,1	3,4	22	132	10,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112	0
Итого			635	17,6	17,1	73,7	523	25
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,1	4,5	23,7	152	6,1
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	98	2,8	2,4	4,1	53	0,3
Итого			168	6,9	6,9	27,8	205	6,4
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	70/9	7,3	5,5	16	143	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,8	23	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	18,1	86	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7	29	0
Итого			366	10,4	5,9	45,9	281	2
Всего				52,1	57,8	193,6	1513	37,12

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.