

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценн ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,9	6,6	13,9	131	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	34/12	3,7	6,1	13,7	125	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2	2,2	11,3	73	0,42
Итого			426	9,6	14,9	38,9	329	0,92
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	47	0,5	2,1	1,8	30	7,9
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	179/8	3,7	3,1	14,2	101	12,3
2008	265	ПЛОВ	100	8,3	6,7	23,3	187	1,6
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			9	36	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			561	15,6	12,3	68,1	449	22,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	26,9	150	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	80	2,2	1,9	3,2	42	0,1
Итого			130	5,8	4,9	30,1	192	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	72/16	9,4	7,7	17,1	176	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,5	82	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	48	0,2	0,2	4,7	23	4,8
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	10,5	44	32,9
Итого			371	12,5	8,2	49,8	325	37,8
Всего				44	40,4	196,9	1338	63,14

Стоимость: 151 рубль

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