

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,9	6,2	14,6	131	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	39/12	4,6	6,3	15,2	137	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,1	2,2	11,1	74	0,43
Итого			431	10,6	14,7	40,9	342	0,93
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	50	0,5	2,4	1,8	32	7,9
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	179/8	4,1	3,7	13,6	107	12,7
2008	265	ПЛОВ	105	10,3	8,5	23	210	1,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	8,8	36	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			564	17,8	15,1	64,9	470	22,6
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	114	3,2	2,8	4,7	60	0,1
Итого			164	6,8	5,8	31,9	212	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	83/16	11,4	8,8	17,9	200	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,4	0,2	15,5	73	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	53	0,2	0,2	5,2	25	5,3
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	9,9	42	29,3
Итого			383	14,2	9,3	48,5	340	34,7
Всего				49,9	45	196,2	1407	60,35

Стоимость: 151 рубль

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