

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

14 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Эне- рге- тиче- ская ценн- ость , ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	159/20	4,5	4,9	29	179	0,4
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,8	2,5	0,2	34	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	42/10/6	2,2	4,4	21,8	135	4
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,2	48	41,6
Итого			444	9,8	11,9	62,2	396	46
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,9	24	5
Итого			150	0,7	0,3	14,9	68	7,04
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	47	1	2,3	3,7	41	7,8
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	3,8	3,4	14,1	103	12,4
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	114	7,8	9,9	19,3	200	9,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,1	0,4	20,1	97	0
Итого			597	15,8	16,1	66,2	478	30,2
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	49	3,5	2,9	26,6	149	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	102	6	2	8,4	80	1
Итого			151	9,5	4,9	35	229	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	45	6,3	3,7	5,7	80	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	130	2	2,6	11,2	78	6,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,6	3,7	12,5	98	0,6
Итого			407	11,9	10	29,4	256	7,4
Всего				47,7	43,2	207,7	1450	91,64

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:  Моисеева Т.А.