

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

14 апреля 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,4	23,6	182	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	47/12/4	2,4	4,2	24	143	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	3	12,4	89	0,54
Итого			423	10,1	14,6	60	414	1,24
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	57	0,2	0,2	5,3	26	2,3
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			157	0,7	0,3	15,3	70	4,34
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	49	0,6	2,6	1,8	34	8,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	4	4,5	15,8	122	7,1
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	52	9,1	11,5	6,3	165	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	117	13,1	3,7	27,5	196	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			655	30,2	22,8	81,3	654	16,4
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	50	3,6	4,9	31,3	183	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	123	3,5	3	4,8	63	0,4
Итого			173	7,1	7,9	36,1	246	0,4
Ужин								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	41	7,2	3,3	6,4	84	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	107	1,9	2,8	11,8	81	6,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	76	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	11,9	51	50,6
Итого			381	11,8	6,4	46,3	292	57,5
Всего				59,9	52	239	1676	79,88

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:



Моисеева Т.А.