

Утверждаю

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

МЕНЮ **17 января 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	158/20	4,6	4,5	29,4	176	0,4
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	27	2,8	2,5	0,2	34	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/11/6	2,3	4,1	23,1	137	4,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	10,9	46	39,1
Итого			445	9,9	11,2	63,6	393	43,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	45	0,2	0,2	4,5	21	4,5
Итого			145	0,7	0,3	14,5	65	6,54
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	42	0,8	2,3	3,5	39	6,7
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	3,7	2,8	14,8	100	11,9
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	114	7,2	8,8	20,6	191	10
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			8,6	35	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			593	15	14,3	68,3	465	29
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	49	3,5	2,9	26,6	149	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	96	6	2	8,4	80	1
Итого			145	9,5	4,9	35	229	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40	4,5	3,3	6,1	72	0,4
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	130	2,1	2,7	11,5	80	6,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,2	3,4	11,7	91	0,6
Итого			403	9,8	9,4	29,3	243	7,5
Всего				44,9	40,1	210,7	1395	87,74

Стоимость - 151 руб.
Ответственный врач Менсеева Т.А.