

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 января 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	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	170	4,8	6,9	16,6	148	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	2,3	5,2	15,9	121	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8	33	0
Итого			412	7,3	12,1	40,5	302	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	6,7	28	1,3
Итого			100	0,3	0,1	6,7	28	1,3
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	46	0,8	2	3	35	7,7
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	4,2	4,2	15,9	121	4,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,6	4,9	26,1	172	0,3
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	52	6,4	10,2	9,3	156	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,4	98	0
Итого			706	20,2	21,7	82,3	612	13,2
Полдник								
2008	446	ОЛАДЫ С ЯБЛОКАМИ	50	3,7	5,9	16,9	135	0,62
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	109	3,1	2,6	4,3	56	0,3
Итого			159	6,8	8,5	21,2	191	0,92
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/5	7,8	4,8	21,3	162	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	46	0,2	0,2	4,5	21	4,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	3,9	13,7	105	0,6
Итого			362	11,6	8,9	39,5	288	5,2
Всего				46,2	51,3	190,2	1421	21,22

Составлено 15/1/25.
Ответственный Мау-Мусеева Т.А.