

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

21 сентября 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	4,6	6,6	17,6	150	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/10	4,3	5,9	15,5	134	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,2	2,3	11,5	76	0,42
Итого			428	11,1	14,8	44,6	360	0,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	62	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			62	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	43	0,4	2,1	1,7	28	6,7
2008	78	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	183/8	3,8	3	14,5	102	12,8
2008	265	ПЛОВ	104	8,4	6,7	24,6	193	1,7
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180			9	36	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	95	0
Итого			565	15,7	12,2	69,6	454	21,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	78	2,2	1,8	3,2	41	0,1
Итого			128	5,8	4,8	30,4	193	0,1
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70/16	9	6,8	17,2	167	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17	80	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	47	0,2	0,2	4,6	22	4,7
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11	47	38,5
Итого			367	12	7,3	49,8	316	43,3
Всего				45,1	39,2	204,4	1366	68,04

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.