

Утверждаю

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

МЕНЮ 23 мая 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	162/20	4,8	4,8	30,6	184	0,48
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	28	2,8	2,5	0,2	35	0
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	43/11/6	2,3	4	22,9	136	4,2
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11,4	48	42,6
Итого			450	10,2	11,4	65,1	403	47,28
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	53	0,2	0,2	5,2	25	5,3
Итого			153	0,7	0,3	15,2	69	7,34
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	49	1,1	2,2	4	41	7,9
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	200/8	4,2	3,9	15,6	117	13,2
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ .	124	8,1	10,9	21	215	10,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,1	37	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			610	16,8	17,5	70,5	510	31,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	3,6	3	26,9	150	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	103	6	2	8,4	80	1
Итого			153	9,6	5	35,3	230	1
Ужин								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	38	6,3	3,7	6,6	84	0,3
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ ОСНОВНОЙ	135	2	4,4	11,8	96	6,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,6	3,7	12,5	99	0,63
Итого			407	11,9	11,8	30,9	279	7,73
Всего				49,2	46	217	1491	95,25

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.