

развивающего вида №3

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

24 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тичес- кая ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,7	6,5	16,1	143	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	38/7	2,6	5	17,7	127	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		8,1	33	0,04
Итого			415	7,5	11,5	41,9	303	0,64
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	6,1	26	1,2
Итого			100	0,3	0,1	6,1	26	1,2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	45	0,7	1,4	3,2	29	6,8
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	200/10	4,2	4,1	15,9	120	4,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С СОУСОМ	150/20	5,7	4,4	25,9	166	0,4
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	6,3	9,1	9,8	145	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
Итого			710	20,2	19,4	83,9	594	12,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	50	2,6	1,8	29,9	145	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	111	3,1	2,7	4,3	57	0,3
Итого			161	5,7	4,5	34,2	202	0,3
Ужин								
2008	156	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60/5	7,4	5,5	21,3	166	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34					0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	53	0,2	0,2	5,2	25	5,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	14,9	119	0,8
Итого			352	11,9	10,3	41,4	310	6,1
Всего				45,6	45,8	207,5	1435	21,14

Ответственный: *М.А.* Моисеева Т.А.