

Утверждаю

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

МЕНЮ 27 января 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	Химический состав			Энер- ге- тичес- кая ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,9	6,5	29	199	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	35/12/6	1,3	4,5	17,7	117	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	4,6	14,3	116	0,8
Итого			413	11,5	15,6	61	432	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			100	0,5	0,1	10	44	2,04
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	48	0,5	1,7	3,4	32	1,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/9	6,4	4,6	22,5	157	5,8
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	27/4	5,3	7,4	1,6	96	1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,3	5	24,9	154	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			667	17,8	19,1	80,2	567	7,9
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	3,8	1,5	25,9	133	2,2
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5 %)	104	2,9	2,5	4,1	54	0,3
Итого			174	6,7	4	30	187	2,5
Ужин								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	70	6	5,7	2,4	86	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	23	2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,3	26	0
Итого			356	9	6,1	31,2	218	3,4
Всего				45,5	44,9	212,4	1448	17,14

Стоимость 151 руб.
Сметанный май Леонсеев Т.А.