

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 января 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выхо д	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	6	6	27,8	190	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	43/6/12	4,9	8,9	13,9	157	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3		8	33	0,3
Итого			421	11,2	14,9	49,7	380	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			100	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	40	0,6	2	3,3	35	8,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	5,7	6	13,5	134	13,8
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	56	8,2	11,6	5,5	160	0,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	116	3,4	3	22	129	10,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	14,6	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,7	90	0
Итого			644	21,1	23,1	77,6	608	33,8
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	46	2,5	0,9	28,3	131	7,33
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	115	3,2	2,8	4,7	60	0,1
Итого			161	5,7	3,7	33	191	7,43
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	128	6,2	4,5	15	126	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,8	79	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	49	0,2	0,2	4,8	23	4,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	176	5,2	5,6	15,6	135	0,9
Итого			386	14,1	10,5	52,2	363	5,8
Всего				52,6	52,3	222,5	1585	49,85

Отвественный

151/40
Мед. Менсеева Т.А.