

Утверждаю

Заведующий

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

**МЕНЮ**

29 апреля 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	84	6,5	12,1	1,8	143	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	26	0,5	0,1	2,8	13	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	41/4/12	3,9	5,5	15,9	130	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	156	4,5	4,9	15,4	124	0,8
<b>Итого</b>			<b>323</b>	<b>15,4</b>	<b>22,6</b>	<b>35,9</b>	<b>410</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	43	2,02
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2,02</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,4	1,6	3	30	1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/8	4	3,7	13,8	108	13
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	46	6,2	7,3	5,8	112	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	112	2,4	3	19,4	115	9,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,5	104	0
<b>Итого</b>			<b>637</b>	<b>16,4</b>	<b>16</b>	<b>71,3</b>	<b>500</b>	<b>24,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	4,3	4,2	24	151	6,44
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	109	3,1	2,7	4,6	59	0,3
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>7,4</b>	<b>6,9</b>	<b>28,6</b>	<b>210</b>	<b>6,74</b>
<b>Ужин</b>								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	64/9	6,3	5,1	16,3	137	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	52	0,2	0,2	4,9	24	2,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	77	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0,02
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>9</b>	<b>5,5</b>	<b>44,4</b>	<b>266</b>	<b>2,12</b>
<b>Всего</b>				<b>48,7</b>	<b>51,1</b>	<b>190,2</b>	<b>1429</b>	<b>36,48</b>

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Мо* Моисеева Т.А.