

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

30 марта 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,7	6,1	19,7	154	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/12	4,3	6,3	15,4	136	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,8	4,1	13,6	108	0,7
Итого			390	12,8	16,5	48,7	398	1,3
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	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	42	0,4	4,3	1,4	46	3,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4	3,6	14,5	110	12,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	117	9	7,3	22,4	193	11,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	15,7	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,3	107	0
Итого			600	17,2	15,8	76,3	521	27,4
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	50	4,1	4,3	28,7	169	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	116	3,3	2,8	4,8	61	0,1
Итого			166	7,4	7,1	33,5	230	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	62/10	9,5	7,3	15,9	169	0,1
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	51	0,2	0,2	4,9	23	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,3	81	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8	33	0,2
Итого			358	12,5	7,7	46,1	306	2,3
Всего				50,4	47,2	214,6	1498	33,12

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *М* Моисеева Т.А.