

Утверждаю

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

МЕНЮ 31 марта 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,9	23,7	177	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	45/12/4	2,3	3,9	23,3	137	0,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,9	12,6	88	0,5
Итого			421	9,8	13,7	59,6	402	1,2
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	59	0,2	0,2	5,6	27	2,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			159	0,7	0,3	15,6	71	4,44
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	48	0,5	2,2	1,6	30	7,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	3,9	4,9	15,1	124	6,7
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,8	11,1	6,1	159	0,5
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	132	14,5	5,2	30,2	225	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,1	0,1	9,4	38	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,1	0,4	20,1	97	0
Итого			666	30,9	23,9	82,5	673	15,6
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	48	3,5	4	31	174	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	120	3,4	2,9	4,7	62	0,3
Итого			168	6,9	6,9	35,7	236	0,3
Ужин								
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	69	8,2	12,3	12,6	194	0,8
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	102	1,7	2,2	11,3	73	5,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	11,2	47	39,1
Итого			402	12,4	14,8	50,2	385	45,7
Всего				60,7	59,6	243,6	1767	67,24

Стоимость: 151 рубль

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.