

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 марта 2022 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- ге- тиче- ская ценн- ость, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	3,6	5,9	18,7	143	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	34/5/6	1,7	5	15,6	115	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,9	9,9	77	0,5
Итого			365	8,1	13,8	44,2	335	0,9
II Завтрак								
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	42	0,2	0,2	4	19	1,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10	44	2,04
Итого			142	0,7	0,3	14	63	3,74
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	32	0,3	1,5	1,1	20	5,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/8	2,9	3,7	11,5	94	5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	38	6,1	8,4	3,7	114	0,4
2008	161	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	97	10,6	3,9	22,1	166	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150			6,2	26	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,3	78	0
Итого			513	22,4	17,8	60,9	498	10,9
Полдник								
2008	483	КОРЖИК САХАРИНКА	46	3,8	4,7	25,3	158	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	95	2,7	2,3	3,7	49	0,3
Итого			141	6,5	7	29	207	0,3
Ужин								
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	7,2	11,8	11,2	180	0,6
2008	355	ГАРНИР ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	103	1,8	2,4	11,2	75	5,9
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	170	0,2	0,1	7,3	32	34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,7	0,1	11,3	53	0
Итого			356	10,9	14,4	41	340	40,5
Всего				48,6	53,3	189,1	1443	56,34

Стоимость: 151 рубль

Ответственный:  Моисеева Т.А.