

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 91-1
_____/Соболева Н.М./

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.40	2.10	15.80	68.00	1.80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0.91	1.59	1.91	25.52	3.80
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12.53	16.50	2.23	207.73	0.18
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.80	2.40	12.70	84.00	0.50
Итого			360	17.64	22.59	32.64	385.25	6.28
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Итого			150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0.30	0.00	1.00	5.60	1.60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4.20	6.31	5.76	99.37	8.02
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15.10	15.30	3.50	134.00	0.60
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5.80	4.78	26.80	174.00	0.00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.08	0.04	6.83	28.00	0.10
Итого			590	26.48	26.55	50.29	471.97	10.32
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13.76	13.22	12.12	225.60	17.15
	ТК№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0.10	0.01	14.10	54.00	1.90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.10	0.50	7.70	39.30	0.00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3.50	3.13	5.63	70.63	0.38
Итого			475	19.46	16.98	45.95	420.53	19.43
Всего				64.18	66.62	144.38	1,348.25	39.03

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 91-1
_____/Соболева Н.М./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.40	2.10	15.80	68.00	1.80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1.45	2.52	3.04	40.47	2.20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15.39	20.75	2.79	259.63	0.22
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	200	5.88	4.51	28.27	176.98	0.00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.80	2.40	12.70	84.00	0.50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0.00	0.00	8.40	34.00	0.00
Итого			410	21.04	27.77	34.33	452.10	4.72
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Итого			150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0.40	0.00	1.30	7.00	2.00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1.40	4.08	6.15	69.71	8.71
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	9.10	11.30	14.90	196.80	1.00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7.20	5.90	33.00	240.00	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.12	0.00	8.20	33.60	0.20
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.10	0.50	7.70	39.30	0.00
Итого			751	20.32	21.90	77.65	617.41	11.91
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15.91	13.96	14.27	250.23	20.20
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0.12	0.01	16.90	64.80	2.30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.70	0.20	10.60	51.00	0.00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.10	0.50	7.70	39.30	0.00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	3.50	3.13	5.63	70.63	0.38
Итого			545	22.33	17.80	55.10	475.96	22.88
Всего				64.29	67.97	182.58	1,615.97	42.51

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.