

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.53	4.71	10.28	89.80	0.00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.00	7.30	18.30	158.00	0.40
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.80	3.20	15.60	107.00	0.60
Итого			365	10.33	15.21	44.18	354.80	1.00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0.80	0.20	14.80	65.00	1.20
Итого			150	0.80	0.20	14.80	65.00	1.20
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0.63	6.24	4.71	77.64	4.07
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4.21	6.29	8.05	108.36	5.25
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7.60	4.00	15.10	114.00	0.20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1.81	1.63	8.97	62.65	5.69
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0.01	0.00	5.21	20.90	0.00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.63	0.20	10.63	51.63	0.00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.10	0.50	7.70	39.30	0.00
Итого			580	16.99	18.86	60.37	474.48	15.21
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	18.07	12.20	16.40	252.74	0.19
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.40	3.00	7.30	74.20	0.80
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.80	0.20	7.50	38.00	15.20
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1.48	1.88	14.62	81.40	0.00
Итого			370	24.75	17.28	45.82	446.34	16.19
Всего				52.87	51.55	165.17	1,340.62	33.60

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.

МЕНЮ**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак						
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.53	4.71	10.28
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6.00	8.00	27.00
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	5.88	4.51	28.27
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.80	3.20	15.60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0.00	0.00	8.40
Итого			415	11.33	15.91	52.88
II Завтрак						
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0.96	0.24	17.80
Итого			180	0.96	0.24	17.80
Обед						
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0.82	7.44	6.08
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4.25	6.42	8.19
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10.10	5.30	20.10
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12.50	8.40	0.00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2.66	2.10	13.57
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0.00	0.00	8.40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.70	0.20	10.60
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.88	0.75	12.90
Итого			731	21.41	22.21	79.84
Полдник						
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23.37	15.33	21.21
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12.50	8.40	0.00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	100	1.88	3.37	15.54
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6.00	4.00	9.80
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0.00	0.00	8.40
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.80	0.20	7.50
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0.40	0.40	9.90
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.15	2.74	21.27
Итого			460	32.32	22.27	59.78
Всего				66.02	60.63	210.30

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.

зерждаю

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

Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
89.80	0.00
203.00	0.50
176.98	0.00
107.00	0.60
34.00	0.00
399.80	1.10
78.00	1.44
78.00	1.44
94.57	3.86
110.31	5.52
165.00	0.40
127.00	0.00
90.39	7.75
34.00	0.00
51.00	0.00
66.00	0.00
611.27	17.53
322.81	0.25
127.00	0.00
100.68	7.92
98.90	1.10
34.00	0.00
38.00	15.20
44.20	4.00
118.44	0.00
578.15	16.55
1,667.22	36.62