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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1.53	4.98	10.28	92.27	0.00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6.70	9.70	24.40	211.00	0.50
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	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 (аллергики)	180/6	0.00	0.00	8.40	34.00	0.00
Итого			415	11.03	17.08	47.38	387.27	1.00
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1.50	0.50	21.00	96.00	4.02
Итого			100	1.50	0.50	21.00	96.00	4.02
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0.38	0.00	0.90	6.50	1.00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4.21	6.31	8.03	108.73	5.47
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14.70	0.50	0.00	165.00	0.60
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12.50	8.40	0.00	127.00	0.00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0.30	1.01	1.21	14.95	0.00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.16	5.32	21.28	146.22	10.35
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0.12	0.00	8.52	36.00	1.10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1.70	0.20	10.60	51.00	0.00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.50	0.60	10.30	52.40	0.00
Итого			753	26.07	13.94	60.84	580.80	18.52
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14.30	12.55	12.60	223.86	18.19
	ТК№047	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0.12	0.12	21.70	88.20	0.70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	5.06	3.70	30.24	174.46	5.67
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	3.50	3.13	5.63	70.63	0.38
Итого			575	23.98	19.62	76.57	588.15	24.94
Всего				62.58	51.14	205.79	1,652.22	48.48

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.

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	40	1.79	2.69	20.22	87.04	2.30	
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.00	7.30	18.30	128.00	0.40	
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.80	2.40	12.70	84.00	0.50	
Итого				9.59	12.39	51.22	299.04	3.20	
II : с									
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	98	1.50	0.50	21.00	96.00	4.00	
Итого				98	1.50	0.50	21.00	96.00	4.00
Обед									
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0.30	0.00	0.70	5.20	0.80	
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4.49	3.89	17.88	129.74	7.19	
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	65	11.77	0.43	0.00	148.73	0.43	
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	35	0.50	1.66	1.99	24.57	0.00	
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.62	8.87	17.49	160.90	8.50	
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0.07	0.01	7.10	29.00	0.90	
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.30	0.13	8.50	41.00	0.00	
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.10	0.50	7.70	39.30	0.00	
Итого				631	22.15	15.49	61.36	578.44	17.82
Полдник									
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	225	19.89	23.48	21.67	383.71	18.34	
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0.10	0.10	18.10	73.50	0.60	
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00	
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	110	18.99	21.93	32.69	404.35	10.31	
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	130	3.50	3.13	5.63	70.63	0.38	
Итого				635	43.48	48.76	84.49	963.19	29.63
Всего				76.72	77.14	218.07	1,936.67	54.65	

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.