

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								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	14.21	15.17	4.19	210.40	0.89
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.57	1.15	9.38	54.52	0.25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0.96	3.53	9.88	75.32	0.03
Итого			345	16.74	19.85	23.45	340.24	1.17
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	110	3.09	2.88	11.42	84.29	0.31
2008	пром.	МАНДАРИН	95	0.76	0.19	7.11	36.02	36.02
Итого			205	3.85	3.07	18.53	120.31	36.33
Обед								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0.24	0.03	0.51	3.90	1.50
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1.36	2.08	6.50	52.30	8.75
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8.63	8.82	15.76	122.13	10.35
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3	1.43	3.37	19.13	115.06	0.00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.32	0.18	8.48	40.79	0.00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.50	0.58	10.28	52.40	0.00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого			613	14.48	15.06	60.66	386.58	20.60
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0.87	2.12	1.83	29.86	1.49
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	140	4.37	5.26	19.02	141.46	28.68
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.25	0.87	15.42	78.60	0.00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.09	1.70	9.47	61.96	0.38
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	45	3.85	2.93	13.64	96.56	0.03
Итого			425	13.43	12.88	59.38	408.44	30.58
Всего				48.50	50.86	162.02	1,255.57	88.68

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								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	8.30	6.21	12.59	138.18	0.00
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4.02	6.29	26.52	178.79	0.00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1.39	1.39	12.77	70.53	0.30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0.00	0.00	8.40	34.00	0.00
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0.99	4.07	17.18	107.40	0.05
Итого			395	10.68	11.67	42.54	316.11	0.35
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3.40	3.04	5.47	68.54	0.35
2008	пром.	МАНДАРИН	100	0.80	0.20	7.50	38.00	38.00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0.40	0.40	9.84	47.17	10.04
Итого			225	4.20	3.24	12.97	106.54	38.35
Обед								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0.43	0.07	1.41	8.42	7.62
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1.65	2.76	7.46	63.87	10.55
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	10.46	7.47	20.96	150.28	8.62
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1.65	8.53	23.32	158.90	0.00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.66	0.22	10.61	51.07	0.00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.25	0.87	15.42	78.60	0.00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого			695	18.10	19.92	79.18	511.14	26.79
Полдник								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1.45	3.00	3.04	44.81	2.21
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	5.73	10.26	15.30	177.33	32.73
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.88	0.73	12.87	65.60	0.00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2.56	2.80	12.94	68.00	0.58
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	4.86	3.33	17.80	120.88	0.05
Итого			485	16.48	20.12	61.95	476.62	35.57
Всего				49.46	54.95	196.64	1,410.41	101.06

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.