

Утверждаю

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

**МЕНЮ****Сад 12 часов**

| Сбор-ник<br>рецеп-тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав |         |              | Энерге-тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-мин<br>С, мг |
|-----------------------|------------------|--------------------|-------|-------------------|---------|--------------|--------------------------------------|-------------------|
|                       |                  |                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-воды, г |                                      |                   |

**Завтрак**

|              |         |                          |            |              |              |              |               |             |
|--------------|---------|--------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| 2008         | 185     | -КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ   | 150        | 7.17         | 7.98         | 29.67        | 220.41        | 1.88        |
|              | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 19         | 1.39         | 0.54         | 9.55         | 48.66         | 0.00        |
| 2008         | 430     | -ЧАЙ С САХАРОМ           | 200        | 0.14         | 0.00         | 8.98         | 36.43         | 0.03        |
| 2012         | 3       | -БУТЕРБРОД С МАСЛОМ      | 35         | 1.54         | 4.76         | 10.31        | 90.49         | 0.00        |
| <b>Итого</b> |         |                          | <b>404</b> | <b>10.24</b> | <b>13.28</b> | <b>58.51</b> | <b>395.99</b> | <b>1.91</b> |

**II Завтрак**

|              |     |                                       |            |             |             |             |              |             |
|--------------|-----|---------------------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| 2008         | 435 | ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 125        | 3.50        | 3.13        | 5.64        | 70.64        | 0.88        |
| <b>Итого</b> |     |                                       | <b>125</b> | <b>3.50</b> | <b>3.13</b> | <b>5.64</b> | <b>70.64</b> | <b>0.88</b> |

**Обед**

|              |         |  |            |              |              |              |               |              |
|--------------|---------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 2023         | 1088    | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА                       | 25         | 0.63         | 2.97         | 1.33         | 34.54         | 1.13         |
| 2012         | 77      | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ                  | 200        | 5.17         | 6.31         | 9.76         | 116.66        | 5.55         |
| 2012         | 77      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики) | 200/10/5   | 3.86         | 4.15         | 10.81        | 96.17         | 6.41         |
| 2008         | 321     | -СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ  | 75         | 13.57        | 16.51        | 4.05         | 218.83        | 0.50         |
| 2008         | 252     | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)                                  | 50         | 12.38        | 8.32         | 0.00         | 125.73        | 0.00         |
| 2012         | 344     | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                                  | 125        | 2.20         | 7.49         | 17.28        | 130.99        | 0.68         |
|              | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 24         | 1.61         | 0.21         | 10.34        | 49.73         | 0.00         |
|              | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 32         | 2.39         | 0.92         | 16.37        | 83.44         | 0.00         |
| 2008         | 442     | СОК ФРУКТОВЫЙ  | 178        | 0.89         | 0.18         | 18.00        | 76.62         | 3.56         |
| <b>Итого</b> |         |  | <b>659</b> | <b>26.46</b> | <b>34.59</b> | <b>77.13</b> | <b>710.81</b> | <b>11.42</b> |

**Полдник**

|              |         |                                    |            |              |              |               |                 |              |
|--------------|---------|------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|
| 2008         | 19      | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 49         | 0.98         | 2.72         | 3.48          | 21.83           | 1.29         |
| 2012         | 292     | -МАКАРОННИК С МЯСОМ                | 200        | 24.04        | 22.71        | 39.70         | 459.37          | 0.76         |
|              | ТК №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ               | 29         | 1.94         | 0.26         | 12.40         | 59.65           | 0.00         |
| 2008         | 434     | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                   | 180        | 5.32         | 4.58         | 8.80          | 98.97           | 0.98         |
| 2012         | 392     | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)          | 180/6      | 0.00         | 0.00         | 8.40          | 34.00           | 0.00         |
|              | ТК №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ           | 23         | 1.69         | 0.65         | 11.57         | 58.95           | 0.00         |
| <b>Итого</b> |         |                                    | <b>481</b> | <b>33.97</b> | <b>30.92</b> | <b>75.95</b>  | <b>698.77</b>   | <b>3.03</b>  |
| <b>Всего</b> |         |                                    |            | <b>74.17</b> | <b>81.92</b> | <b>217.23</b> | <b>1,876.21</b> | <b>17.24</b> |

Шеф повар \_\_\_\_\_ Захаревич Н.Л.

Утверждаю

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

**МЕНЮ****Ясли 12 часов**

| Сбор-ник<br>рецеп-тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход      | Химический состав |              |               | Энерге-тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-мин<br>С, мг |
|-----------------------|---------------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|-------------------|
|                       |                     |   |            | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                                      |                   |
| <b>Завтрак</b>        |                     |   |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  | 185                 | -КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ                    | 130        | 5.25              | 5.08         | 22.41         | 157.14                               | 0.93              |
|                       | ТК №005             | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 15         | 1.09              | 0.42         | 7.48          | 38.11                                | 0.00              |
| 2008                  | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                            | 180        | 0.13              | 0.00         | 6.42          | 26.16                                | 0.02              |
| 2012                  | 3                   | -БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                       | 30         | 1.42              | 5.04         | 9.55          | 89.46                                | 0.00              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>355</b> | <b>7.89</b>       | <b>10.54</b> | <b>45.86</b>  | <b>310.87</b>                        | <b>0.95</b>       |
| <b>II Завтрак</b>     |                     |   |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2012                  | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%                      | 111        | 2.16              | 2.38         | 10.24         | 70.69                                | 1.92              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>111</b> | <b>2.16</b>       | <b>2.38</b>  | <b>10.24</b>  | <b>70.69</b>                         | <b>1.92</b>       |
| <b>Обед</b>           |                     |   |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2023                  | 1088                | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА       | 15         | 0.41              | 1.64         | 0.84          | 19.73                                | 0.91              |
| 2012                  | 77                  | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ | 180        | 4.67              | 5.43         | 8.42          | 101.39                               | 4.80              |
| 2008                  | 321                 | -СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ                           | 60         | 9.12              | 11.09        | 2.63          | 146.84                               | 0.32              |
| 2012                  | 344                 | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                 | 105        | 1.86              | 5.68         | 16.62         | 98.83                                | 0.58              |
|                       | ТК №002             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                      | 19         | 1.26              | 0.17         | 8.09          | 38.94                                | 0.00              |
|                       | ТК №005             | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 19         | 1.39              | 0.54         | 9.55          | 48.66                                | 0.00              |
| 2008                  | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                             | 178        | 0.89              | 0.18         | 18.00         | 76.62                                | 3.56              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>576</b> | <b>19.60</b>      | <b>24.73</b> | <b>64.15</b>  | <b>531.01</b>                        | <b>10.17</b>      |
| <b>Полдник</b>        |                     |   |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  | 19                  | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)        | 39         | 0.79              | 2.20         | 2.81          | 17.65                                | 1.04              |
| 2012                  | 292                 | -МАКАРОННИК С МЯСОМ                       | 170        | 20.01             | 19.69        | 26.10         | 361.57                               | 0.67              |
|                       | ТК №002             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                      | 19         | 1.26              | 0.17         | 8.09          | 38.94                                | 0.00              |
| 2008                  | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                          | 150        | 4.33              | 3.72         | 7.15          | 80.47                                | 0.80              |
|                       | ТК №005             | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 24         | 1.77              | 0.69         | 12.15         | 61.93                                | 0.00              |
| <b>Итого</b>          |                     |   | <b>402</b> | <b>28.16</b>      | <b>26.47</b> | <b>56.30</b>  | <b>560.56</b>                        | <b>2.51</b>       |
| <b>Всего</b>          |                     |   |            | <b>57.81</b>      | <b>64.12</b> | <b>176.55</b> | <b>1,473.13</b>                      | <b>15.55</b>      |

Шеф повар \_\_\_\_\_ Захаревич Н.Л.