

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	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4.53	5.11	22.10	153.33	0.59
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.63	1.16	9.82	56.64	0.25
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0.51	3.19	6.43	57.34	0.00
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	15	1.80	1.63	0.10	22.29	0.00
Итого			345	8.47	11.09	38.45	289.60	0.84
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	110	2.14	2.36	10.14	69.99	1.90
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0.38	0.38	9.33	44.77	9.52
Итого			205	2.52	2.74	19.47	114.76	11.42
Обед								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	0.24	0.03	0.51	3.90	1.50
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	180/1	2.03	3.40	16.73	102.58	5.04
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	12.31	8.73	7.25	159.97	0.40
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	115	3.61	4.34	15.71	116.79	23.67
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.32	0.18	8.48	40.79	0.00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.84	0.71	12.62	64.31	0.00
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.10	0.10	18.10	75.00	1.20
Итого			576	21.45	17.49	79.40	563.34	31.81
Полдник								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	25	0.38	1.69	2.48	27.20	6.54
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60	11.75	6.48	0.00	119.79	8.93
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3	1.37	3.23	16.42	108.42	0.00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.32	0.18	8.48	40.79	0.00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.08	1.70	9.64	62.61	0.38
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7.60	3.92	22.99	158.08	0.04
Итого			458	24.50	17.20	60.01	516.89	15.89
Всего				56.94	48.52	197.33	1,484.59	59.96

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	189	-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6.07	5.70	29.16	193.28	0.79
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	100	2.92	4.34	15.17	111.17	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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0.78	5.58	9.46	99.99	0.00
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2.48	2.24	0.14	30.65	0.00
Итого			395	10.72	14.91	51.53	394.45	1.09
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3.50	3.13	5.64	70.64	0.88
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.40	0.40	9.80	46.99	10.00
Итого			225	3.90	3.53	15.44	117.63	10.88
Обед								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	0.40	0.05	0.85	6.50	2.50
2008	103	-СУП ОВОЩНОЙ	200	2.25	3.27	15.18	119.55	5.59
2023	1029	-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	15.31	10.56	8.46	194.08	0.50
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12.38	8.32	0.00	125.73	0.00
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	125	3.34	9.10	6.16	120.68	27.36
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.00	0.27	12.78	61.48	0.00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2.53	0.98	17.32	88.28	0.00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.12	0.12	21.72	88.20	1.40
Итого			689	25.95	24.35	82.47	678.77	37.35
Полдник								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0.63	2.57	3.62	41.06	10.86
2008	261	-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	11.84	7.61	0.00	130.51	9.00
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1.65	3.50	22.29	147.17	0.00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.32	0.18	8.48	40.79	0.00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2.56	2.80	12.94	68.00	0.58
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0.00	0.00	8.40	34.00	0.00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	8.03	4.83	28.15	188.98	0.04
Итого			535	26.03	21.49	75.48	616.51	20.48
Всего				66.60	64.28	224.92	1,807.36	69.80

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.