

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	25	1.25	4.60	8.35	79.98	0.00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1.20	2.05	2.51	33.21	4.67
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10.37	13.81	1.85	173.28	0.15
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.80	3.20	15.60	107.00	0.60
Итого			345	16.62	23.66	28.31	393.47	5.42
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Итого			150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0.34	2.06	3.16	33.26	2.19
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4.31	6.60	9.92	118.85	4.03
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	10.88	2.29	9.05	99.91	0.39
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1.80	4.10	11.40	89.00	4.80
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.30	0.00	5.80	85.00	0.00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1.10	0.50	7.70	39.30	0.00
Итого			551	19.73	15.67	53.43	496.32	11.41
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4.90	4.50	0.30	63.00	0.00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1.72	1.60	7.45	56.04	6.58
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1.70	0.20	10.60	51.00	0.00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	25	1.85	2.35	18.28	101.75	0.00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.08	0.04	6.83	28.00	0.10
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3.50	3.13	5.63	70.63	0.38
Итого			494	13.75	11.82	49.09	370.42	7.06
Всего				50.70	51.65	146.33	1,330.71	26.89

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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.25	4.71	8.35	81.05	0.00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1.45	2.53	3.02	40.54	2.20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15.38	20.74	2.80	259.48	0.22
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	200	5.88	4.51	28.27	176.98	0.00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.80	3.20	15.60	107.00	0.60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0.00	0.00	8.40	34.00	0.00
Итого			405	21.88	31.18	29.77	488.07	3.02
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Итого			150	0.60	0.50	15.50	70.50	3.00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0.43	2.56	3.90	41.18	1.42
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4.52	6.70	11.23	125.92	4.54
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11.31	16.31	10.11	232.60	0.47
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	12.50	8.40	0.00	127.00	0.00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2.40	5.60	15.60	121.80	6.60
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.40	0.00	7.00	102.00	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1.70	0.20	10.60	51.00	0.00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.88	0.75	12.90	66.00	0.00
Итого			709	22.64	32.12	71.34	740.50	13.03
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4.90	4.50	0.30	60.90	0.00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	12.50	8.40	0.00	127.00	0.00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2.63	2.10	12.13	84.76	8.92
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1.70	0.20	10.60	51.00	0.00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2.22	2.82	21.93	122.10	0.00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.09	0.04	8.20	34.10	0.20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3.50	3.13	5.63	70.63	0.38
Итого			564	15.04	12.79	58.79	423.49	9.50
Всего				60.16	76.59	175.40	1,722.56	28.55

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.