

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	4.41	4.82	21.68	148.52	0.56
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.56	1.13	9.12	53.22	0.24
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0.54	3.36	6.77	60.36	0.00
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	13	1.65	1.49	0.09	20.43	0.00
Итого			343	8.16	10.80	37.66	282.53	0.80
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	110	2.14	2.36	10.14	69.99	1.90
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	70	0.63	0.14	5.65	29.97	41.82
Итого			180	2.77	2.50	15.79	99.96	43.72
Обед								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	41	0.83	2.28	2.93	18.37	1.08
2008	106	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180/1	4.52	5.21	5.51	87.21	1.46
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60	8.24	8.26	2.06	115.32	0.40
2012	129	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ-	120	1.21	4.52	14.34	103.32	3.87
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	18	1.16	0.15	7.42	35.69	0.00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.50	0.58	10.28	52.40	0.00
2012	382	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	170	0.83	0.00	18.13	74.75	2.71
Итого			610	18.29	21.00	60.67	487.06	9.52
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0.33	2.33	3.15	35.54	1.16
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7.66	5.76	3.45	84.24	0.03
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2.35	4.16	18.31	120.42	9.07
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	18	1.16	0.15	7.42	35.69	0.00
2008	376	-КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.41	0.09	17.35	72.54	0.00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	25	1.10	2.38	16.98	101.12	0.00
Итого			403	13.01	14.87	66.66	449.55	10.26
Всего				42.23	49.17	180.78	1,319.10	64.30

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	5.82	5.42	28.30	186.38	0.76
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1.39	1.39	12.77	70.53	0.30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0.78	5.58	9.46	99.99	0.00
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2.49	2.26	0.14	30.86	0.00
Итого			395	10.48	14.65	50.67	387.76	1.06
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3.50	3.13	5.64	70.66	0.88
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00
Итого			225	3.90	3.53	15.44	117.66	10.88
Обед								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	52	1.03	2.86	3.66	22.96	1.36
2008	106	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5.18	5.97	6.16	99.42	0.72
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	10.36	9.39	1.43	131.77	0.50
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	130	2.17	3.15	22.05	125.88	1.12
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	22	1.47	0.20	9.41	45.29	0.00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.22	0.86	15.24	77.70	0.00
2012	382	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	185	0.90	0.00	19.73	81.35	2.95
Итого			689	23.33	22.43	77.68	584.37	6.65
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0.49	2.49	3.70	39.94	1.28
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9.24	5.01	8.22	142.57	0.04
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3.18	5.42	23.90	157.92	12.09
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	27	1.76	0.23	11.28	54.30	0.00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.00	0.00	6.81	27.23	0.00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	30	1.31	2.85	20.37	121.35	0.00
Итого			537	15.98	16.00	74.28	543.31	13.41
Всего				53.69	56.61	218.07	1,633.10	32.00

Шеф повар _____ Захаревич Н.Л.