

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 8 Расстаная  
/Семенова Е.Б./

# МЕНЮ

5 День

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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,38	5,18	12,91	120,70	0,11
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,03	8,88	26,81	212,19	0,78
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,65	2,23	10,31	72,46	0,49
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14,06</b>	<b>16,29</b>	<b>50,03</b>	<b>405,35</b>	<b>1,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,45	15,44	70,46	7,50
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,45</b>	<b>15,44</b>	<b>70,46</b>	<b>7,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	2,88	4,06	44,90	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,37	5,21	1,43	70,18	0,78
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	17,26	20,32	2,82	262,84	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,72	1,86	3,08	37,49	0,02
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,87	0,07	15,18	65,95	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>27,49</b>	<b>31,29</b>	<b>50,07</b>	<b>598,36</b>	<b>2,99</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,90	11,99	12,49
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,59	7,98	29,15	219,01	0,12
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,10	0,01	6,19	26,39	1,13
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,52	5,64	30,24	206,37	0,04
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>16,76</b>	<b>13,73</b>	<b>67,48</b>	<b>463,76</b>	<b>13,78</b>
<b>Всего</b>				<b>58,91</b>	<b>61,76</b>	<b>183,02</b>	<b>1 537,93</b>	<b>25,65</b>

Повар

Жук Е.В.