

Утверждаю



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

МЕНЮ

1 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,55	8,83	10,36	127,20	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,35	7,04	34,92	233,20	0,53
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,10	0,01	6,19	26,39	1,13
Итого			428	9,00	15,88	51,47	386,79	1,66
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	70,51	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,51	15,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,52	4,46	3,07	66,55	0,89
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,90	11,69	3,41	170,39	0,39
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	0,94	4,56	3,02	57,47	0,73
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	8,05	33,87	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			725	21,05	21,65	39,30	438,18	5,41
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,37	26,07	33,17	452,63	1,41
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,23	0,00	6,40	26,47	0,05
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,58	2,56	17,46	111,44	0,05
Итого			455	27,88	28,83	67,63	641,54	1,51
Всего				58,53	66,96	173,10	1 537,02	23,58

Повар

Жук Е.В.