

Утверждаю

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

МЕНЮ 6 День

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,84	16,32	94,89	4,38
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,54	6,83	26,95	191,98	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,18	11,42	77,01	0,47
Итого			365	9,60	11,85	54,69	363,88	5,25
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
Итого			150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,61	4,01
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	3,99	3,42	14,50	104,98	0,39
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,35	2,67	4,57	75,64	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,76	4,41	6,73	74,09	1,11
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	11,91	49,38	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			560	16,62	11,25	52,81	380,00	6,59
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,95	11,21	5,49	162,41	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	0,74	3,81	2,38	47,07	0,58
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,04	0,00	5,15	20,73	0,01
Итого			365	12,83	15,64	27,12	300,51	0,59
Всего				39,50	38,74	159,37	1 146,39	21,43

Повар



Жук Е.В.