

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад № 8 Расстаная

/Семенова Е.Б./

МЕНЮ

8 День

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,81	3,52	10,28	88,65	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,45	6,25	22,01	161,91	0,40
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,18	9,38	68,10	0,48
Итого			365	10,85	11,95	41,67	318,66	0,95
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	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,79	4,66	1,13	59,98	1,02
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	10,66	5,73	1,01	110,41	7,79
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	1,07	6,70	4,88	89,53	0,76
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	7,94	34,02	1,21
	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			600	18,16	18,05	36,86	402,95	14,79
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,33	9,59	12,95	199,50	0,15
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,44	3,83	7,36	82,81	0,82
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,51	38,03	38,03
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,88	7,21	29,92	199,87	0,00
Итого			380	23,45	20,83	57,74	520,21	39,00
Всего				52,91	50,83	161,02	1 343,82	63,74

Повар

Жук Е.В.