

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,62	4,82	21,34	133,64	6,05
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,92	6,85	29,87	201,57	0,53
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,04	0,00	5,99	24,07	0,01
Итого			431	6,58	11,67	57,20	359,28	6,59
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	2,88	4,06	44,90	1,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,23	7,04	1,00	82,79	0,57
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,78	12,40	2,43	164,39	0,43
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,42	2,20	34,71	180,48	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	9,51	40,01	0,72
	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
Итого			715	23,84	25,58	75,21	629,57	3,62
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,61	4,01
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,58	14,87	0,74	198,76	0,36
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,87	0,07	15,18	65,95	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,05	3,21	28,70	159,63	0,00
Итого			450	22,86	18,43	58,34	491,15	4,66
Всего				54,18	55,86	208,93	1 557,40	18,47

Повар

Жук Е.В.