

Утверждаю

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



МЕНЮ 2 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,81	3,52	10,28	88,65	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,82	6,33	23,06	165,08	0,41
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,18	9,38	68,10	0,48
Итого			365	10,22	12,03	42,72	321,83	0,96
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								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	9,62	10,02
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,31	3,97	5,19	69,80	1,01
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	20,49	8,35	17,85	250,52	14,83
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	12,21	62,25	60,95
		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			541	26,84	13,22	50,87	462,49	86,81
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,70	3,32	1,54	66,79	0,66
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	0,49	3,46	0,81	36,38	0,09
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	7,94	34,02	1,21
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,81	1,48	28,06	144,58	0,10
Итого			375	14,12	8,50	44,75	312,77	2,06
Всего				51,63	33,75	163,09	1 199,09	98,83

Повар

Жук Е.В.