

Утверждаю

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

6-й 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,96	3,71	10,28	91,01	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	8,27	7,94	40,86	269,21	0,81
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,14	2,43	12,85	86,45	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	101	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			481	16,27	14,28	72,09	489,67	61,40
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	5,96	5,13	9,86	110,87	1,10
Итого			201	5,96	5,13	9,86	110,87	1,10
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,40	1,72	1,24	21,92	4,95
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	3,63	1,93	10,75	75,14	3,09
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,15	6,76	2,82	160,55	13,28
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	130	1,39	2,16	8,95	61,49	7,30
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,30	0,07	14,96	62,15	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			720	27,11	13,77	66,86	521,04	28,62
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,80	5,40	8,97	119,46	0,19
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,74	4,54	22,18	140,83	11,20
2024	ТК № 59	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ ШИПОВНИКА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ)	180	0,00	0,00	18,51	74,04	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			470	16,85	12,30	95,61	560,62	11,39
Всего				66,19	45,48	244,42	1 682,20	102,51

Повар

Жук Е.В.