

Утверждаю

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

4-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 № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	5,17	7,45	24,09	184,96	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,88	3,16	11,90	92,76	0,57
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Итого			460	13,81	14,52	53,76	406,69	39,28
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								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	5,21	9,56	12,79	163,13	5,81
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,98	11,45	9,87	186,43	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,35	1,97	34,20	176,03	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,17	0,03	7,47	29,54	0,15
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			695	24,55	23,67	81,37	641,72	8,54
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	19,16	24,38	34,20	432,80	1,90
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	6,90	6,35	31,26	210,28	0,04
Итого			470	28,62	31,13	94,24	771,47	5,54
Всего				72,94	74,45	239,23	1 930,75	54,46

Повар

Жук Е.В.