

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ Детский сад № 65
/Алиева Е.А./

МЕНЮ**7 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,95	3,73	6,37	56,42	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,17	2,15	2,46	33,74	3,79
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,19	13,78	1,90	92,25	0,17
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	145	2,99	2,53	12,30	84,37	0,48
Итого			310	17,30	22,19	23,03	266,78	4,44
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	135	0,54	0,41	13,94	63,59	6,77
Итого			135	0,54	0,41	13,94	63,59	6,77
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,25	2,17	3,07	33,58	2,49
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/4	4,86	5,79	11,96	122,41	4,03
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	55	10,17	9,81	6,95	156,93	0,46
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	95	1,57	3,57	9,92	77,43	4,18
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,29	0,07	13,70	57,05	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			526	19,24	22,03	59,70	517,70	11,16
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,87	4,77	6,58	81,85	9,87
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№008	ВАФЛИ	22	0,61	0,72	16,79	76,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С ДЖЕМОМ	150/10	0,06	0,01	6,83	26,60	1,54
Итого			365	9,14	10,20	41,10	299,35	11,41
Всего				46,22	54,83	137,77	1 147,42	33,78

Медицинская сестра _____