

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,86	4,88	8,33	73,82	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,61	7,14	21,25	163,69	0,00
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			420	13,36	16,98	45,43	368,82	1,00
II Завтрак								
	TKN№020	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	183	0,55	0,00	30,16	124,30	10,97
Итого			183	0,55	0,00	30,16	124,30	10,97
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,15	7,22	9,75	126,48	6,26
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	4,64	6,08	11,07	118,12	6,33
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	95	18,63	0,71	0,30	81,63	0,63
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,27	0,91	1,09	13,42	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,35	5,24	22,31	153,96	10,79
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	2,47	5,83	19,97	142,48	10,08
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			803	31,10	14,88	63,77	521,39	19,78
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	205	17,25	14,72	14,37	261,32	19,66
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (аллергики)	175	13,90	12,94	9,66	211,26	16,30
	TKN№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,09	0,07	9,22	38,19	0,47
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	5,40	3,68	33,39	188,47	5,81
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			606	27,24	21,72	69,02	589,62	26,82
Всего				72,25	53,58	208,38	1 604,13	58,57

Медицинская сестра _____