

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №61 Кировского района

_____ /Груданова Т.Н./

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,70	6,44	18,31	142,13	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,45	7,81	33,17	233,48	0,62
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,37	2,77	13,37	92,87	0,51
Итого			440	13,52	17,02	64,85	468,48	1,13
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	151	4,37	3,77	6,33	81,42	0,45
2008		ГРУША	81	0,30	0,20	8,20	37,60	4,00
Итого			232	4,67	3,97	14,53	119,02	4,45
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	52	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,03	4,76	21,47	149,20	7,71
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	18,81	10,44	2,92	202,31	14,32
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2,98	2,96	14,55	97,87	12,03
2008	141	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	145	1,75	13,93	10,16	173,68	9,76
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	191	0,96	0,19	19,31	82,21	3,82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,93	0,26	12,34	59,39	0,00
2008		БАТОН	43	3,25	1,26	22,30	113,66	0,00
Итого			756	33,46	20,00	94,79	716,64	42,88
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	16,12	20,91	16,30	319,28	23,16
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	8,92	4,86	26,93	187,95	0,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,14	0,02	15,69	66,02	2,48
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			455	26,50	25,97	67,40	614,04	25,74
Всего				78,15	66,96	241,57	1 918,18	74,20

Диетсестра _____ Захарова А.В.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №61 Кировского района

_____ /Груданова Т.Н./

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,94	5,08	13,50	107,78	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,68	4,95	21,91	151,24	0,35
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	155	3,36	2,77	12,12	87,77	0,51
Итого			320	9,98	12,80	47,53	346,79	0,86
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	129	3,62	3,12	5,25	67,44	0,16
2008		ГРУША	71	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			200	3,92	3,32	12,45	100,34	3,66
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,50	9,50	9,90
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,71	3,80	12,44	103,04	4,83
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	14,12	7,76	2,24	150,82	10,45
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	2,41	3,47	11,79	88,82	9,15
2008	442	СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОСОВЫЙ	200	1,00	0,00	22,00	86,00	7,97
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,34	0,20	8,51	41,00	0,00
2008		БАТОН	21	1,59	0,62	10,92	55,68	0,00
Итого			624	25,61	15,93	69,40	534,86	42,30
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	65	6,35	5,00	18,50	144,64	0,06
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,11	0,01	12,48	52,59	2,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	125	10,96	11,48	9,14	184,43	15,22
Итого			362	18,72	16,69	48,62	422,46	17,32
Всего				58,23	48,74	178,00	1 404,45	64,14

Диетсестра _____ Захарова А.В.