

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №61 Кировского района
_____/Груданова Т.Н./

МЕНЮ

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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	6,42	6,59	12,11	134,58	0,06
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			381	10,02	11,19	58,21	374,58	0,06
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	165	4,80	4,13	6,62	87,66	1,16
2008		БАНАН	93	1,20	0,40	16,80	76,80	8,00
Итого			258	6,00	4,53	23,42	164,46	9,16
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,56	0,07	1,76	9,85	7,04
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6,11	5,79	14,22	133,32	4,73
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	85	13,59	13,92	5,38	201,78	0,79
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики)	75/50	24,39	25,18	4,88	343,53	1,13
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	180	2,57	5,38	12,88	110,90	13,19
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	190	0,57	0,00	31,43	129,52	11,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,07	0,28	13,26	63,78	0,00
2008		БАТОН	22	1,64	0,63	11,21	57,16	0,00
Итого			789	27,11	26,07	90,14	706,31	37,18
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0,61	0,11	2,10	13,23	13,78
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,48	0,11	24,91	103,28	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,38	0,18	8,86	42,65	0,00
2008		БАТОН	44	3,31	1,28	22,68	115,61	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	4,52	3,84	21,92	137,63	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	42	5,12	4,64	0,28	63,32	0,00
Итого			512	15,42	10,16	80,75	475,72	13,78
Всего				58,55	51,95	252,52	1 721,07	60,18

Диетсестра _____ Захарова А.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №61 Кировского района
_____/Груданова Т.Н./

МЕНЮ

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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,25	4,99	11,52	112,90	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	165	6,00	6,82	24,62	184,78	0,74
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	3,12	2,58	13,67	91,02	0,57
Итого			375	14,37	14,39	49,81	388,70	1,31
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	155	4,50	3,88	6,20	82,15	1,09
2008		БАНАН	79	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			234	5,56	4,23	20,98	149,73	8,13
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	155/10/10	7,46	7,70	9,69	137,85	3,07
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,76	11,15	2,59	153,77	0,44
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	2,70	7,18	14,26	133,24	11,03
2008	442	СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,82	0,24	11,66	56,09	0,00
2008		БАТОН	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			698	24,94	27,04	52,04	551,99	18,50
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,52	0,09	1,79	11,28	11,75
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,39	0,09	23,28	96,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,82	0,24	11,66	56,09	0,00
2008		БАТОН	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,90	4,28	27,89	170,22	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
Итого			400	11,99	7,67	77,61	429,82	11,75
Всего				56,86	53,33	200,44	1 520,24	39,69

Диетсестра _____ Захарова А.В.