

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,85	4,84	12,88	102,79	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,54	4,64	21,36	145,96	0,41
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,88	2,34	11,89	80,79	0,54
Итого			360	9,27	11,82	46,13	329,54	0,95
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	72	0,58	0,14	5,39	27,33	27,33
2008		ЙОГУРТ	125	3,51	3,14	5,66	70,89	0,88
Итого			197	4,09	3,28	11,05	98,22	28,21
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	0,54	2,74	3,82	42,16	2,61
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И	150/10	5,81	2,33	22,01	132,40	2,85
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	120	1,84	3,04	11,62	81,01	5,02
2008	442	СОК ДЛЯ РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОСОВЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,50	0,20	9,63	46,35	0,00
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	10,31	9,92	8,89	166,04	0,00
Итого			588	20,00	18,23	55,97	467,96	10,48
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	105	2,03	2,06	13,24	80,10	6,13
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	55	6,02	5,35	31,87	199,49	0,16
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,37	0,11	15,29	65,26	0,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	11	0,72	0,10	4,62	22,25	0,00
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	75	10,06	6,13	3,10	108,17	2,27
Итого			426	19,44	13,78	68,86	479,43	11,73
Всего				52,80	47,11	182,01	1 375,15	51,37

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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,65	0,62	19,76	90,02	4,89
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,76	5,68	23,31	163,09	0,40
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,78	2,21	11,84	79,03	0,47
Итого			355	9,19	8,51	54,91	332,14	5,76
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	136	3,81	3,29	5,52	71,00	0,16
2008		ЯБЛОКО	71	0,26	0,26	6,83	32,90	7,00
Итого			207	4,07	3,55	12,35	103,90	7,16
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,49	1,89	2,62	29,87	1,23
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/17/5	4,06	5,21	5,77	91,13	6,93
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	140	11,01	10,93	23,62	236,97	11,25
2008	442	СОК ДЛЯ РРАННЕГО ВОЗРАСТА ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,34	0,20	8,51	41,00	0,00
Итого			569	16,90	18,23	40,52	398,97	19,41
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	125	11,39	12,27	11,08	201,29	16,17
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	5,37	21,50	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,86	6,58	26,90	203,04	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,49	40,70	0,00
Итого			367	21,55	19,05	51,84	466,53	16,21
Всего				51,71	49,34	159,62	1 301,54	48,54

Диетсестра _____ Захарова А.В.