



Заведующий
ГБДОУ №68 Мебельная
/Любимца И.В./

МЕНЮ 1 ДЕНЬ(ПОНЕДЕЛЬНИК)

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическ ая ценнос	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,25	0,01	6,43	28,01	1,19
Итого			378	8,53	10,31	39,73	279,31	1,59
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,32	0,04	0,67	5,15	1,98
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	1,55	3,34	7,79	67,38	3,31
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	75	13,76	9,16	3,01	149,10	0,30
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,33	3,89	15,41	106,55	7,18
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			585	20,16	17,15	60,68	479,18	13,57
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	2,64	5,16	26,30	162,45	0,53
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	80	10,86	8,04	25,99	219,95	0,08
Итого			410	14,69	13,32	63,94	435,16	0,65
Всего				43,98	41,38	179,15	1 259,95	21,81

Педиатр _____

Истомина Г.В



МЕНЮ 2 ДЕНЬ (ВТОРНИК)

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			365	10,4	14,8	44,5	300	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	65	3,6
Итого			150	0,8	0,2	14,8	65	3,6
Обед								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	10	4
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,2	4	5	92	4,6
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	16,9	18,5	19,2	235	16,13
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77	59,76
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			541	23,1	23,4	58,1	484	84,49
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,5	4,8	0,2	73	0,63
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	3,7	15,7	107	7,54
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,1	75	1,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,2	5,1	26,5	180	0,11
Итого			375	13,2	13,8	66,9	466	9,48
Всего				47,5	52,2	184,3	1315	99,67

Педиатр _____

Истомина Г.В



МЕНЮ 3 ДЕНЬ (СРЕДА)

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,8	24	1,4
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,3	16,7	2,3	119	0,2
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			360	17,4	22,8	32,6	295	3,9
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	1,3	3,9	5,7	66	8
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	0,6	2,7	3,6	42	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,8	4,8	26,8	174	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1		7,4	29	0,1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			550	8,8	11,5	49,9	342	8,7
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	3,4	4,7	12	106	17
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		14,1	54	1,9
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24	150	0
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			485	10,9	13,2	61	398	19,2
Всего				37,7	48	159	1106	34,8

Педиатр _____

Истомина Г.В.



МЕНЮ 4 ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)

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	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	158	0,4
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			365	12	14,6	40,9	327	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150					0
Итого			150					0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,6	6,1	4,8	77	1,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	1,3	3,7	8,2	74	5,4
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	6,4	3,4	12,8	96	0,17
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2	1,6	7,8	54	4,2
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5,1	21	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			580	13,1	15,5	57	413	10,97
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,7	9,1	16,1	221	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3	7,3	74	0,8
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,8	3,6	14,9	94	0
Итого			370	25,7	15,9	45,8	427	16,2
Всего				50,8	46	143,7	1167	28,17

Педиатр _____

Истомина Г.В

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №68 Мебельная
Любимцева И.В.



МЕНЮ 5 ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)

Ясли 12 часов

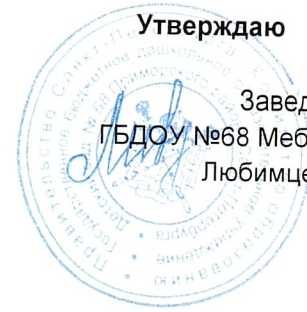
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вит а- мин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,6	2,5	18,5	128	0,6
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			360	9,2	11,2	42,1	274	2,3
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	37	0,1
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,4	1,8	9,4	67	5,2
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,5	9,3	10,3	231	12,2 6
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	15	0
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		5,8	85	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
Итого			550	12,7	14,4	38,5	487	17,9 6
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,2	6,7	23,1	192	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,1		7,2	29	0,91
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,7	8,1	34	134	0
Итого			393	7,6	15	72,6	398	6,01
Всего				30,1	41,1	168,7	1230	20,0 7

Педиатр _____

Истомина Г.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №68 Мебельная
Любимцева И.В.



МЕНЮ 6 ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК)

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,9	2,8	21	90	2,39
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,4	4,7	13,7	142	0,4
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			365	8,1	9,9	47,4	316	3,29
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150					0
Итого			150					0
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,7	3,4	15	125	2,8
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	9,6	18,2	8,9	182	0,3
2008	338	ОВОШИВ МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,8	0,1	8,4	75	8,53
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	20,2	94	0,96
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			560	16,6	22,4	67,6	552	14,19
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,6	7,3	9,7	222	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,5	4,2	16,9	116	7,78
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
Итого			365	14,2	12,1	47,7	436	8,58
Всего				38,9	44,4	162,7	1304	26,06

Педиатр _____ Истомина Г.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №68 Мебельная
Любимцева И.В.

МЕНЮ 7 ДЕНЬ (ВТОРНИК)

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	2,1	2,4	32	1,86
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,3	13,9	1,9	93	0,17
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			350	18,5	23,3	26,9	294	2,63
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3		3,2	33	1,1
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	3,4	3	107	4
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,2	2,4	9,3	103	0,4
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,8	4,1	11,4	89	4,8
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3		5,8	85	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			555	19,8	10,5	46,8	487	10,3
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	63	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2	1,6	7,8	54	4,2
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,2	5,4	22,4	152	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1		6,8	28	0,1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			475	15,7	14,2	52,4	405	4,6
Всего				54,6	48,5	141,6	1257	20,53

Педиатр _____

Истомина Г.В.



МЕНЮ 8 ДЕНЬ (СРЕДА)

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			365	10,8	14,3	42,3	288	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	65	2,4
Итого			150	0,8	0,2	14,8	65	2,4
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,5	3,3	11,9	96	6,4
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,2	4,9	4,5	108	8,2
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	100	2,4	6,9	13,4	125	3,8
		КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150			15	57	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			600	21,6	15,9	66,7	495	20
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,2	7,3	12,9	177	0,16
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3	7,3	74	0,8
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24	150	0
Итого			380	23	16,4	51,7	439	16,16
Всего				56,2	46,8	175,5	1287	40,66

Педиатр _____

Истомина Г.В.



МЕНЮ 9 ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	128	0,4
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			365	9,2	11,8	46,8	280	2,7
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	4
Итого			100	1,5	0,5	21	96	4
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5	0,8
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	1,3	3,6	8	73	5,4
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	7,6	0,3		96	0,27
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1	1,2	15	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4	17,1	117	8,2
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		7,2	29	0,91
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,1	8,5	41	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			600	14,6	9,5	50,4	415	15,58
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	2,8	8,4	13,1	141	20,6
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,3	6	24,2	134	5,1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			485	9	17,1	66,3	437	26,6
Всего				34,3	38,9	184,5	1228	48,88

Педиатр _____

Истомина Г.В



МЕНЮ 10 ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	185			8,3	33	0,95
Итого			370	7	10,2	36,2	249	1,35
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150					0
Итого			150					0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	37	0,1
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,3	5,6	9,8	97	4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,2	5,1	1,8	94	0,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,5	97	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,7	52	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			575	21,2	16,5	66,8	490	5,1
Полдник								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	15,1	14,3	14,6	156	7,45
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		20,8	85	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	164	0
Итого			378	20,5	21,5	67,6	442	9,05
Всего				48,7	48,2	170,6	1181	15,5

Педиатр _____

Истомина Г.В

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 68 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Любимцева Ирина Владимировна, ЗАВЕДУЮЩИЙ**

04.09.24 14:13 (MSK)

Сертификат E516AF45F64E5F7C6832DC0FF5F7D7FF