

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	6,48	6,66	12,30	136,24	0,06
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,26	6,16	31,46	205,83	0,53
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,35	2,66	12,78	89,22	0,57
Итого			405	16,09	15,48	56,54	431,29	1,16
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,12	5,63	70,59	0,87
2008		АПЕЛЬСИН	84	0,74	0,16	6,62	35,11	20,20
Итого			209	4,24	3,28	12,25	105,70	21,07
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,05	3,64	4,62	56,52	10,32
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	6,28	7,37	8,68	133,30	12,79
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	145	3,11	2,87	23,65	133,78	11,91
2016	271	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ	75	8,82	3,66	7,08	96,36	0,20
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	190	1,36	0,08	38,87	162,74	0,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,34	0,31	14,97	72,04	0,00
2008		БАТОН	45	3,35	1,30	22,96	117,05	0,00
Итого			790	26,31	19,23	120,83	771,79	35,65
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	155	15,67	15,44	29,29	319,18	1,27
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	6,63	5,57	34,49	214,49	7,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,17	0,16	7,52	36,19	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,22	2,58	11,69	83,56	0,60
Итого			423	26,69	23,75	82,99	653,42	9,47
Всего				73,33	61,74	272,61	1 962,20	67,35

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	35	4,59	4,37	10,08	98,78	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,05	4,24	26,27	162,98	0,42
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,93	2,31	11,77	80,16	0,50
Итого			365	12,57	10,92	48,12	341,92	0,92
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	69	0,61	0,14	5,46	28,98	16,68
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			194	4,11	3,27	11,10	99,62	17,56
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	45	0,65	2,57	2,97	38,06	5,86
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	6,36	6,27	6,86	113,23	11,62
2016	271	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ	65	7,62	3,03	6,24	82,53	0,17
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	125	2,70	2,93	20,71	120,57	10,40
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	155	1,09	0,06	27,84	117,17	0,34
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,49	0,20	9,54	45,89	0,00
2008		БАТОН	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			599	21,41	15,66	84,46	569,85	28,39
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	125	12,87	14,53	19,00	258,55	1,10
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	5,49	7,72	20,12	172,10	7,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,61	77,05	0,50
Итого			383	22,54	25,20	59,10	538,23	8,61
Всего				60,63	55,05	202,78	1 549,62	55,48

Диетсестра _____ Захарова А.В.