

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №110 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Заведующий

Шорникова И.А./

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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,96	6,19	26,37	177,48	0,42
		КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	155	1,68	5,09	22,61	142,90	0,00
2012	030	ЧАЙ С САХАРОМ	186	0,07	0,00	6,59	26,60	0,01
Итого			370	7,27	10,29	39,96	266,08	0,43
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	3,37	3,20	45,22	1,50
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,80	8,07	7,77	121,31	3,96
		РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	150/10	3,67	7,34	7,60	111,32	3,95
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	11,01	18,30	4,32	225,61	0,39
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,68	12,58	0,33	172,94	0,17
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,30	4,51	27,39	167,42	0,00
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	120	4,27	5,35	27,35	174,74	0,00
2012	036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,13	0,09	7,98	33,72	0,63
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			594	22,58	35,04	69,06	684,28	6,48
Полдник								
2012	011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,32	15,17	13,51	247,78	6,82
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии)	120	14,29	16,01	13,47	255,10	6,82
2012	031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,76	0,05	12,26	53,11	0,24
	030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	7,32	6,88	32,27	219,68	0,00
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			407	23,70	22,22	65,44	557,17	8,66
Всего				53,70	67,85	198,61	1 608,03	615,57

Повар

Серпикова Т.В.