

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №110 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,46	6,21	27,93	189,70	0,39
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	110	6,05	6,43	27,41	191,49	0,00
2012	024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,18	0,01	5,30	23,56	1,48
2012	030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			378	8,88	10,32	40,23	275,26	1,87
II Завтрак								
2012	010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			149	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
2012	009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	6,61	8,80	9,49	143,42	5,45
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/10	3,47	2,45	5,41	57,55	5,30
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11,68	7,00	4,28	126,41	0,29
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,52	12,46	0,33	171,21	0,17
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,39	4,72	15,75	115,42	7,32
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗ МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ (аллергии)	120	1,63	5,18	13,28	106,34	6,72
2012	025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,07	0,07	6,52	27,40	0,71
2012	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
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			588	23,15	21,21	50,84	488,15	14,57
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,11	18,96	26,58	345,11	1,22
		ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	160	17,10	17,78	25,53	330,12	0,33
2012	030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,07	0,00	6,59	26,60	0,01
2012	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	12,18	10,60	29,92	263,99	0,08
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			422	30,36	29,68	69,49	666,70	1,31
Всего				62,99	61,81	175,36	1 496,41	23,75

Повар

Серпикова Т.В.