

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,61	3,26	10,28	85,49	0,07
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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	110	6,05	6,43	27,41	191,49	0,00
2012	026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,57	2,13	9,14	66,66	0,48
2012	030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			365	10,14	11,58	45,79	329,63	0,97
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
2012	030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
Обед								
2012	001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,22	2,81	11,71	89,16	6,75
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/10/1	4,05	2,37	11,21	82,37	6,50
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	24,12	12,32	17,89	300,44	14,78
		РИС ОТВАРНОЙ (аллергии)	120	3,03	5,29	31,98	187,50	0,00
		ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ (аллергии)	40	15,34	8,02	0,00	152,41	11,66
2012	TKN027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	11,87	60,67	60,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	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			576	31,33	16,05	57,07	530,17	85,53
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,69	4,68	4,40	94,17	0,61
		ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	50	7,23	5,87	4,99	101,54	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,36	4,83	15,63	115,66	7,54
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	110	1,80	5,21	14,71	113,06	7,44
2012	051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,13	0,13	7,84	33,72	1,26
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
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,89	1,16	31,56	160,01	0,10
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			397	18,07	10,92	65,83	434,56	9,51
Всего				59,69	38,85	192,84	1 394,86	696,01

Повар

Серпикова Т.В.