

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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,27	7,45	23,59	182,89	0,42
		КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	155	1,68	5,09	22,61	142,90	0,00
2012	029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,26	3,40	10,45	90,99	0,57
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			365	12,77	14,95	41,04	335,88	0,99
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
2012	002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,61	6,78	4,59	81,90	3,82
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,96	7,98	11,12	134,81	5,25
		СУП С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	150	3,59	7,25	8,71	114,67	7,61
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	10,71	11,22	7,05	171,62	0,27
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,68	12,58	0,33	172,94	0,17
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,64	1,59	11,35	71,10	4,38
		ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергии)	120	0,91	0,10	9,14	41,48	7,20
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,07	0,00	6,59	26,60	0,01
2012	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			609	19,72	28,27	59,03	576,96	13,73
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	20,09	16,05	14,29	287,49	0,20
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	100	1,92	5,24	15,66	117,54	7,92
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,44	3,03	7,37	74,94	0,11
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2012	002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
2012	008	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			385	26,83	21,24	44,04	483,83	16,21
Всего				59,47	64,76	168,26	1 497,17	630,93

Повар

Серпикова Т.В.