

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	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	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	5,05	7,16	24,08	181,58	0,60
		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	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			360	11,23	12,55	43,50	333,73	1,15
II Завтрак								
2012	002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,54	3,37	3,20	45,22	1,50
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	7,18	5,36	10,79	120,21	5,29
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергии)	150/15	4,73	3,13	11,10	91,59	5,60
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	13,03	20,66	26,83	345,29	12,00
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии)	150	12,94	13,48	26,71	280,05	12,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,51	1,01	2,48	24,11	0,01
2012	031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,76	0,05	12,26	53,11	0,24
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			572	23,65	30,65	66,19	639,57	19,04
Полдник								
2012	001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,83	11,20	25,09	228,44	0,10
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	120	4,27	5,35	27,35	174,74	0,00
2012	024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,14	0,00	5,18	22,04	0,74
2012	030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	158	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
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	13,86	12,55	31,05	292,65	0,03
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			472	22,43	23,97	69,62	586,13	5,87
Всего				57,91	67,67	194,81	1 629,93	29,06

Повар

Серпикова Т.В.