

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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,64	6,07	25,49	174,70	0,39
		КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	155	1,68	5,09	22,61	142,90	0,00
2012	026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,57	2,13	9,14	66,66	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			365	10,82	11,46	44,91	326,85	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,15	0,30	24,15	100,50	600,00
2012	392	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	011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,29	3,57	12,25	100,69	8,68
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/10	3,99	2,40	11,58	83,91	8,42
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	12,83	12,37	2,00	182,91	8,41
		ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ (АЛЛЕРГИКИ)	50/30	12,99	7,54	0,00	135,78	9,88
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,47	5,78	13,99	122,67	9,36
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	150	1,92	5,13	11,36	99,80	12,02
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	10,73	44,59	0,88
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			617	23,19	22,61	60,87	559,86	28,93
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	16,64	9,47	13,70	211,51	0,16
		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	0,81
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	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
	006	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергии)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	6,82	10,80	33,75	259,15	0,00
2012	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			420	28,70	23,50	62,32	583,60	16,17
Всего				62,86	57,87	192,25	1 570,81	646,04

Повар

Серпикова Т.В.