

Утверждено

Заведующий
ГБДОУ детский сад №110 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
Щорникова И.А./

МЕНЮ

Сад 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	40	5,04	4,75	12,85	115,15	0,11
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,03	8,01	25,73	199,98	0,78
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	7,26	6,75	32,90	221,06	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,63	2,18	9,23	67,69	0,49
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			420	13,70	14,94	47,81	382,82	1,38
II Завтрак								
	ТК № 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	50	0,69	3,28	4,05	48,39	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	8,03	5,77	12,99	136,55	6,83
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергии)	200/20	5,34	3,55	12,38	102,88	6,26
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	22,22	20,61	27,89	385,86	12,50
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии)	200	19,54	19,18	26,71	357,52	12,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,69	1,98	2,72	37,43	0,02
2012	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,01	0,06	14,73	64,36	0,32
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			774	36,22	32,65	85,88	789,59	21,57
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,52	11,37	28,73	247,45	0,13
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	150	5,34	0,63	34,19	163,93	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,18	0,01	5,30	23,56	1,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	16,28	17,17	41,40	385,27	0,04
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			532	24,58	28,65	77,33	668,28	6,65
Всего				75,10	76,74	226,52	1 911,19	32,60

Повар

Серпикова Т.В.