Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____/Муранова Е.В./

МЕНЮ
Сегодня 1 день
Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	4,6	16,6	127	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**9,6**	**14,2**	**42,7**	**344**	**1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	124	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАТОФЕЛЕМ,СМЕТАНОЙ	150	1,3	4	6,4	64	7,2
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (ГОВЯДИНА)	30/30	11,5	8,7	2,2	135	0,2
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,4	4,5	33,3	200	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
2004	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,4	0,1	2,9	12	1,5
Итого			**540**	**22,8**	**17,8**	**76,3**	**559**	**8,9**
Уплотнённый полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	18,8	13,7	19	276	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			10,8	44	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,7	19,8	141	0
Итого			**430**	**23,3**	**20,3**	**69**	**559**	**0,1**
Всего				**59,7**	**55,7**	**193,4**	**1534**	**10,4**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____ /Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 2 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	5,3	14,8	132	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,8		36	0,1
Итого			**370**	**12,1**	**11,9**	**40,8**	**333**	**1,1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	150	1,2	3,8	7,3	68	4,4
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	10,3	4,8	11,2	126	0,1
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,7	4,5	18,2	122	7,4
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
2004	564	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,8	13	1,2
Итого			**560**	**18,3**	**13,7**	**70**	**477**	**13,1**
Уплотнённый полдник								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	18,1	16	8,4	250	14,2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,3	3,9	23,4	148	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	18,1	78	13
Итого			**540**	**25,3**	**21,3**	**69,3**	**574**	**27,2**
Всего				**59,7**	**50,3**	**185,5**	**1456**	**41,8**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____ /Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 3 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	4,9	16,8	129	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**10**	**14,5**	**42,9**	**346**	**1,1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,7	2,2	13,9	80	3,9
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	60	11,8	9,4	10	174	0,2
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,8	5	11,1	94	25,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
Итого			**520**	**19,5**	**17,1**	**66,5**	**496**	**29,2**
Уплотнённый полдник								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	5,1	19	142	0,4
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (ПЛЮШКА)	80	6,8	6,2	50,1	282	0,1
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
2004	707	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,6	0,1	12,4	54	2,5
Итого			**535**	**11,9**	**11,4**	**85,5**	**496**	**3**
Всего				**45,4**	**46,4**	**200,3**	**1410**	**33,7**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____/Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 4 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	4,8	19	140	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**10,3**	**14,4**	**45,1**	**357**	**1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	3,5	3,2	13,4	94	2,7
2010	58	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150	14,2	13,2	32,6	311	0,4
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
2004	572	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,4
Итого			**520**	**21,2**	**17**	**78,6**	**560**	**10,5**
Уплотнённый полдник								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	12,7	7,7	12,3	167	0,6
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,7	4,5	18,2	122	7,4
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,7	19,8	141	0
Итого			**450**	**19,9**	**18,8**	**69,7**	**528**	**8**
Всего				**55,4**	**53,6**	**198,8**	**1517**	**19,9**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____/Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 5 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	4,5	19,9	145	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**9,5**	**14,1**	**46**	**362**	**1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/Б, СО СМЕТАНОЙ	150	1,5	4	11	85	3,7
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,3	15,5	20,1	266	8,4
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
2004	572	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4	3
Итого			**520**	**17,2**	**20**	**63,3**	**503**	**15,1**
Уплотнённый полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	15,8	12,2	19	252	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			11,5	47	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,7	19,8	141	0
Итого			**430**	**20,3**	**18,8**	**69,7**	**538**	**0,1**
Всего				**51**	**56,3**	**184,4**	**1475**	**16,6**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____/Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 6 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	4,6	16,6	127	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**9,6**	**14,2**	**42,7**	**344**	**1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	150/7	3	3,3	13,1	92	5,5
2004	485	ГОЛУБЦЫ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ И РИСОМ (ЛЕНИВЫЕ)	150	14,3	12,8	12,4	218	16,6
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
2004	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,4	0,1	2,9	12	1,5
Итого			**527**	**20,9**	**16,7**	**59,9**	**470**	**23,6**
Уплотнённый полдник								
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,8		72	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,7	3,9	25,5	158	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,6	0,5	19,4	74	6,5
Итого			**470**	**12,3**	**11,1**	**64,3**	**402**	**6,5**
Всего				**46,8**	**45,4**	**172,3**	**1288**	**31,5**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____ /Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 7 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	5,1	19	142	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**10,2**	**14,7**	**45,1**	**359**	**1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,2	3,9	7,2	68	4,9
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	60	11,8	9,4	10	174	0,2
2004	537	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110	2,4	5,6	11,7	103	3,9
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
Итого			**510**	**18,6**	**19,4**	**60,4**	**493**	**9**
Уплотнённый полдник								
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	10,3	4,8	11,2	126	0,1
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,7	4,5	18,2	122	7,4
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	18,1	78	13
Итого			**530**	**15,9**	**10,7**	**66,9**	**424**	**20,5**
Всего				**48,7**	**48,2**	**177,8**	**1348**	**30,9**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____ /Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 8 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	4,9	16,8	129	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**10**	**14,5**	**42,9**	**346**	**1,1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	123	ЩИ С ГОВЯДИНОЙ,СО СМЕТАНОЙ	150/7	2,9	5	5,3	74	7,9
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,3	15,5	20,1	266	8,4
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
2004	576	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,3		0,6	5	1,8
Итого			**527**	**18,7**	**21**	**57,5**	**493**	**18,1**
Уплотнённый полдник								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	4,5	20,2	138	0,4
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (УЛИТКА)	80	6,8	6,2	49,2	278	0,1
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
2004	707	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,6	0,1	12,4	54	2,5
Итого			**535**	**11,1**	**10,8**	**85,8**	**488**	**3**
Всего				**43,8**	**49,7**	**191,6**	**1399**	**22,6**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
/Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 9 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	4,8	19	140	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,8		36	0,1
Итого			**370**	**12,6**	**11,4**	**45**	**341**	**1,1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
1961	51	СУП - РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	3,9	4	9,3	88	3,5
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	60	11,8	9,4	10	174	0,2
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,7	5	10,3	91	25,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
Итого			**520**	**21,6**	**18,9**	**61,1**	**501**	**28,8**
Уплотнённый полдник								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	11,3	6,7	10,4	143	0,5
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,7	4,5	18,2	122	7,4
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	18,1	78	13
Итого			**540**	**16,9**	**12,6**	**66,1**	**441**	**20,9**
Всего				**55,1**	**46,3**	**177,6**	**1355**	**51,2**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель
Образовательный комплекс № 17
_____ /Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 10 день

Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	5,3	14,8	132	0,4
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	10,6	85	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			**367**	**9,8**	**14,9**	**40,9**	**349**	**1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	140	4	3,4	5,4	72	0,4
Итого			**140**	**4**	**3,4**	**5,4**	**72**	**0,4**
Обед								
2004	114	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	150	1,4	3,9	10	80	3,7
2010	56	ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	50/50	13,4	10,7	3,3	164	10,8
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,7	3,9	25,5	158	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		14,7	65	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,5	16,8	83	0
2004	572	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4	3
Итого			**580**	**22,9**	**19**	**71**	**554**	**17,5**
Уплотнённый полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	18,8	13,7	19	276	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			11,5	47	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		4	18	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	80	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,1	5,7	19,8	141	0
Итого			**430**	**23,3**	**20,3**	**69,7**	**562**	**0,1**
Всего				**60**	**57,6**	**187**	**1537**	**19**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____