Утверждаю

Зам. директора руководитель

Образовательный комплекс № 17

_____ /Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 1 день

Сад

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	200	5,1	6,3	22,4	171	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**11,6**	**17**	**54,6**	**426**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	124	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАТОФЕЛЕМ,СМЕТАНОЙ	200	1,6	5,3	8,5	85	9,6
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (ГОВЯДИНА)	40/40	15,2	11,7	2,4	178	0,3
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,5	5,5	39,2	238	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	50	0,6	0,1	4,8	20	2,5
Итого			**690**	**28,8**	**23,2**	**94,7**	**708**	**12,4**
Уплотнённый полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	23,3	14,6	23,4	320	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			11,5	47	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,8	7,6	26,4	188	0
Итого			**500**	**29,2**	**23,4**	**86,9**	**683**	**0,1**
Всего				**74,4**	**67,8**	**242,8**	**1904**	**14,2**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

Зам. директора руководитель

Образовательный комплекс № 17

_____ /Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 2 день

Сад

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	200	5,5	7,1	20,1	178	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4		55	0
Итого			**435**	**15,5**	**15,6**	**52,2**	**428**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200	1,5	5,3	9,6	89	5,9
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	11,7	4,9	12,2	137	0,1
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,5	19,6	129	8
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	564	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	3,2	22	2
Итого			**690**	**21,6**	**15,4**	**84,4**	**564**	**16**
Уплотнённый полдник								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	18,1	16	8,4	250	14,2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,5	4,9	30,3	190	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	18,1	78	13
Итого			**600**	**27,2**	**22,6**	**82,4**	**646**	**27,2**
Всего				**69,1**	**57,8**	**225,6**	**1725**	**44,9**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 3 день

Сад

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	200	5,5	6,6	22,6	173	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**12**	**17,3**	**54,8**	**428**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,2	2,2	18,6	102	5,3
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	13,8	10,4	11,8	198	0,2
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	5	11,9	98	27,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
Итого			**630**	**22,9**	**18,2**	**82,1**	**585**	**32,6**
Уплотнённый полдник								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	6	6,8	26,1	193	0,6
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (ПЛЮШКА)	90	7,6	7,1	56	317	0,2
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
2004	707	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,6	0,1	12,4	54	2,5
Итого			**615**	**14,3**	**14**	**99,5**	**586**	**3,3**
Всего				**54**	**53,7**	**243**	**1686**	**37,6**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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



МЕНЮ

Сегодня 4 день

Сад

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	200	6,2	6,4	25,8	189	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**12,7**	**17,1**	**58**	**444**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,6	4,4	17,9	127	3,7
2010	58	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	160	15	13,6	34,1	324	0,4
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	572	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	12,6
Итого			**640**	**24,1**	**18,7**	**93,7**	**650**	**16,7**
Уплотнённый полдник								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	14	8,9	13,7	187	0,7
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,5	19,6	129	8
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,8	7,6	26,4	188	0
Итого			**510**	**22,8**	**22,2**	**85,3**	**632**	**8,7**
Всего				**64,4**	**62,2**	**243,6**	**1813**	**27,1**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 5 день

Сад

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	200	5	5,9	26,9	195	0,5
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**11,5**	**16,6**	**59,1**	**450**	**1,1**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М/Б, СО СМЕТАНОЙ	200	2	5,3	14,6	113	5
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	13,2	16,1	21,3	280	8,9
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	572	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7	5
Итого			**640**	**19,5**	**22,1**	**77**	**587**	**18,9**
Уплотнённый полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	160	20,8	16,5	25,4	337	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			11,5	47	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,8	7,6	26,4	188	0
Итого			**510**	**26,7**	**25,3**	**88,9**	**700**	**0,1**
Всего				**62,5**	**68,2**	**231,6**	**1824**	**20,6**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 6 день

Сад

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	200	5,1	6,3	22,4	171	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**11,6**	**17**	**54,6**	**426**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/10	3,7	3,7	17,4	117	7,4
2004	485	ГОЛУБЦЫ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ И РИСОМ (ЛЕНИВЫЕ)	160	15,2	13,4	13,5	231	17,6
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	50	0,6	0,1	4,8	20	2,5
Итого			**650**	**23,4**	**17,8**	**75,5**	**555**	**27,5**
Уплотнённый полдник								
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	6,9	8,7		109	0
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,5	4,9	30,3	190	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,6	0,5	19,4	74	6,5
Итого			**530**	**16,1**	**15,3**	**75,3**	**501**	**6,5**
Всего				**55,9**	**54,3**	**212**	**1569**	**35,7**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 7 день

Сад

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	200	6	8,5	26,1	207	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**12,5**	**19,2**	**58,3**	**462**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,6	5,2	9,7	91	6,6
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	13,8	10,4	11,8	198	0,2
2004	537	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,7	7	14,4	128	4,6
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
Итого			**630**	**22**	**23,2**	**75,7**	**604**	**11,4**
Уплотнённый полдник								
2010	51	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	11,7	4,9	12,2	137	0,1
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,5	19,6	129	8
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	18,1	78	13
Итого			**580**	**18,2**	**11,1**	**75,5**	**472**	**21,1**
Всего				**57,5**	**57,7**	**216,1**	**1625**	**34,2**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 8 день

Сад

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	200	5,5	6,6	22,6	173	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**12**	**17,3**	**54,8**	**428**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	123	ЩИ С ГОВЯДИНОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200/7	3,1	6,3	6,4	91	10,6
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	13,2	16,1	21,3	280	8,9
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	576	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,5	0,1	1	8	3
Итого			**647**	**20,7**	**23,1**	**68,5**	**566**	**22,5**
Уплотнённый полдник								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	6,1	27,6	188	0,6
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (УЛИТКА)	90	7,6	7,1	56	317	0,2
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
2004	707	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,6	0,1	12,4	54	2,5
Итого			**615**	**13,1**	**13,3**	**101**	**581**	**3,3**
Всего				**50,6**	**57,9**	**230,9**	**1662**	**27,5**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 9 день

Сад

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	200	6,2	6,4	25,8	189	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	97	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4		55	0
Итого			**435**	**16,2**	**14,9**	**57,9**	**439**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
1961	51	СУП - РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,1	4,5	12,6	110	4,5
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	13,8	10,4	11,8	198	0,2
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	5	11,9	98	27,1
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
Итого			**630**	**25,8**	**20,5**	**76,1**	**593**	**31,8**
Уплотнённый полдник								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	11,3	6,7	10,4	143	0,5
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	4,5	19,6	129	8
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	18,1	78	13
Итого			**580**	**17,8**	**12,9**	**73,7**	**478**	**21,5**
Всего				**64,6**	**52,5**	**214,3**	**1597**	**55**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 10 день

Сад

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	200	5,5	7,1	20,1	178	0,6
2010	97	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	11,5	89	0,6
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
Итого			**428**	**12**	**17,8**	**52,3**	**433**	**1,2**
Завтрак 2								
2010	103	КЕФИР	170	4,8	4,2	6,6	87	0,5
Итого			**170**	**4,8**	**4,2**	**6,6**	**87**	**0,5**
Обед								
2004	114	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200	1,7	5,4	13,1	105	5
2010	56	ПЕЧЕНЬ ПО - СТРОГАНОВСКИ	70/70	18,8	14,9	4,2	225	15,2
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,5	4,9	30,3	190	0
2004	639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,8	83	0
	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	0,6	21	104	0
2004	572	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7	5
Итого			**750**	**30,3**	**25,9**	**88,7**	**714**	**25,2**
Уплотнённый полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	23,3	14,6	23,4	320	0,1
2004	647	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	70			11,5	47	0
2010	96	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0,1		5	22	0
	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	106	0
	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,8	7,6	26,4	188	0
Итого			**500**	**29,2**	**23,4**	**86,9**	**683**	**0,1**
Всего				**76,3**	**71,3**	**234,5**	**1917**	**27**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____