Утверждаю

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



МЕНЮ

Сегодня 1 день

(Д) 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,1	3,7	18,4	119	0
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,8	3,5	23,6	136	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**4**	**7,2**	**47,9**	**281**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	123	ЩИ	200	1,4	4	6,1	64	10,6
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	40/40	13,2	13	2,3	179	0,3
2004	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,9	3,7	29,9	166	0
Итого			**400**	**18,5**	**20,7**	**38,3**	**409**	**10,9**
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,3	100	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	9,8	6,9	0,3	103	0,1
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	120	3	3,6	31,8	174	0
Итого			**180**	**24,1**	**16,1**	**32,4**	**377**	**0,2**
Всего				**46,7**	**44**	**131,3**	**1123**	**11,1**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чекушкина Т.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 2 день

(Д) 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 "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	2,4	4,4	15,9	114	0
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,2	3,5	23,2	135	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**4,7**	**7,9**	**45**	**275**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,8	2,2	14,1	84	7
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	12,1	4,1	0,2	88	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,2	100	0,1
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	16,8	130	8,5
Итого			**380**	**27,2**	**17,9**	**31,3**	**402**	**15,7**
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,2	100	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	12,1	4,1	0,2	88	0,1
2004	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,6	3,6	25,4	153	0
Итого			**180**	**27**	**13,3**	**25,8**	**341**	**0,2**
Всего				**59**	**39,1**	**114,8**	**1074**	**15,9**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Тарасенко Т.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 3 день

(Д) 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 ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,9	3,5	17,8	111	0
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,2	3,8	20,9	134	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**5,2**	**7,3**	**44,6**	**271**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	123	ЩИ	200	1,4	4	6,1	64	10,6
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ СВИНИНЫ)	70	12,3	11,7	11,8	201	0,2
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	19,6	139	8,4
Итого			**390**	**15,7**	**21,7**	**37,5**	**404**	**19,2**
Уплотнённый полдник								
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	3	4,2	22,1	141	0
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,8	3,5	23,6	136	0
Итого			**400**	**4,8**	**7,7**	**45,7**	**277**	**0**
Всего				**25,8**	**36,7**	**140,5**	**1008**	**19,2**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чекомасова Т.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

Сегодня 4 день

(Д) 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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,1	3,9	20,9	128	0
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,9	3,5	16,6	106	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**5,1**	**7,4**	**43,4**	**260**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,8	2,2	14,1	84	7
2010	58	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ СВИНИНОЙ	160	15,7	11,9	31,8	299	0,4
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	12,1	4,1	0,2	88	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,2	100	0,1
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,5	4,4	30,1	174	0
Итого			**520**	**46,4**	**28,2**	**76,4**	**745**	**7,6**
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,2	100	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	12,1	4,1	0,2	88	0,1
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	16,8	130	8,5
Итого			**180**	**25,4**	**15,7**	**17,2**	**318**	**8,7**
Всего				**77**	**51,3**	**149,7**	**1379**	**16,3**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чернышова Т.А.

Утверждаю

Зам. директора руководит
Образовательный комплекс N
/Муранова Е

МЕНЮ

Сегодня 5 день

(Д) сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Ви м С
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак I								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,2	3,5	23,2	135	
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,7	3,5	22,3	129	
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	
Итого			**580**	**4**	**7**	**51,4**	**290**	
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	
Обед								
2004	132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,8	4,1	12,1	94	
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	14,9	12,4	18,1	246	
Итого			**360**	**16,7**	**16,5**	**30,2**	**340**	
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,2	100	
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	12,1	4,1	0,2	88	
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,7	28	163	
Итого			**180**	**27,8**	**13,4**	**28,4**	**351**	
Всего				**48,6**	**36,9**	**122,7**	**1037**	

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чистосердова Т.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 6 день

(Д) 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,2	3,5	16,9	109	0
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,9	3,5	16,6	106	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**4,2**	**7**	**39,4**	**241**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,8	2,2	14,1	84	7
2004	485	ГОЛУБЦЫ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ И РИСОМ (ЛЕНИВЫЕ, СВИНИНА)	160	17,2	9,1	11,9	201	17,6
Итого			**360**	**19**	**11,3**	**26**	**285**	**24,6**
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,2	100	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	12,1	4,1	0,2	88	0,1
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	16,8	130	8,5
Итого			**180**	**25,4**	**15,7**	**17,2**	**318**	**8,7**
Всего				**48,7**	**34**	**95,3**	**900**	**33,3**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чекасская Т.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 7 день

(Д) 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	3	4,2	22,1	141	0
2010	34	КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	2,4	4,4	15,9	124	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**5,5**	**8,6**	**43,9**	**291**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,4	4	9,4	79	6,6
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,8	2,2	16,4	92	7
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ СВИНИНЫ)	70	12,3	11,7	11,8	201	0,2
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	19,6	139	8,4
Итого			**590**	**17,5**	**23,9**	**57,2**	**511**	**22,2**
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,3	100	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	9,8	6,9	0,3	103	0,1
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	19,6	139	8,4
Итого			**180**	**23,1**	**18,5**	**20,2**	**342**	**8,6**
Всего				**46,2**	**51**	**134**	**1200**	**30,8**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чекошкина Т.Д.

Утверждаю

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

«Центр развития ребенка - детский сад № 97»

МЕНЮ

Сегодня 8 день

(Д) 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 ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,9	3,7	18,1	115	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,6	25	0
Итого			**380**	**2**	**3,7**	**23,7**	**140**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,6	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,6**	**56**	**0**
Обед								
2004	123	ЩИ	200	1,5	2,5	6,8	54	11,3
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	13,2	15,4	21,3	274	8,8
Итого			**360**	**14,7**	**17,9**	**28,1**	**328**	**20,1**
Уплотнённый полдник								
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,8	3,7	23,7	138	0
Итого			**200**	**1,8**	**3,7**	**23,7**	**138**	**0**
Всего				**18,6**	**25,3**	**88,1**	**662**	**20,1**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чекалкина Т.Д.

Утверждаю

Зам. директора руководитель

Образовательный комплекс № 17

_____/Муранова Е.В./

МЕНЮ

Сегодня 9 день

(Д) 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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,2	3,8	20,9	134	0
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,2	3,5	23,2	147	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**5,5**	**7,3**	**50**	**307**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	132	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,8	4,1	14,3	100	5
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,8	2,2	16,4	92	7
2004	451	КОТЛЕТА (ИЗ СВИНИНЫ)	70	12,3	11,7	11,8	201	0,2
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	19,6	139	8,4
Итого			**590**	**17,9**	**24**	**62,1**	**532**	**20,6**
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,3	100	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	9,8	6,9	0,3	103	0,1
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2	6	19,6	139	8,4
Итого			**180**	**23,1**	**18,5**	**20,2**	**342**	**8,6**
Всего				**46,6**	**49,8**	**145**	**1237**	**29,2**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чекмышкина Т.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

Сегодня 10 день

(Д) 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 "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	2,4	4,4	15,9	124	0
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,9	3,5	17,8	111	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			**580**	**4,4**	**7,9**	**39,6**	**261**	**0**
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,7	56	0
Итого			**180**	**0,1**		**12,7**	**56**	**0**
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,8	2,2	16,4	92	7
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (ГОВЯДИНА)	40/40	15,1	11,4	2,3	175	0,3
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	40/40	13,2	13	2,3	179	0,3
2004	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,9	3,7	29,9	166	0
Итого			**480**	**34**	**30,3**	**50,9**	**612**	**7,6**
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,6	0,3	100	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	9,8	6,9	0,3	103	0,1
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,7	4,3	30,1	184	0
Итого			**160**	**26,8**	**16,8**	**30,7**	**387**	**0,2**
Всего				**65,3**	**55**	**133,9**	**1316**	**7,8**

Бухгалтер _____ Попова М.А.

Медицинская сестра _____ Васичева Т.В.

Повар _____ Чекмасова Г.А.