

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 38
_____ /Глухова Е.И./**МЕНЮ**

7 день цикла

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,47	0,51	10,08	51,53	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,01	0,00	0,03	0,14	0,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,22	9,20	1,81	131,33	0,00
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			350	15,50	12,91	27,52	290,00	0,60
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,35	0,04	3,28	34,32	1,14
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	0,08	0,01	0,40	2,01	0,12
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	1,31	0,66	10,62	54,44	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	0,00	0,00	1,08	4,29	0,00
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	15	1,05	0,14	7,04	33,81	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ТИП1	15	1,10	0,38	7,56	38,62	0,00
Итого			555	4,19	1,23	35,78	252,49	1,26
Полдник								
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	0,23	0,02	2,18	10,04	0,36
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ	25	1,74	0,23	11,74	56,39	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			475	13,95	12,69	47,95	365,93	0,76
Всего				34,04	27,16	121,58	955,42	4,62

Медсестра _____ Манчеева.Е.Д.