

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./



# МЕНЮ 1 ДЕНЬ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	6,59	6,79	30,33	208,32	0,24
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>9,82</b>	<b>10,73</b>	<b>45,57</b>	<b>303,84</b>	<b>1,34</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	152	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
<b>Итого</b>			<b>152</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>	<b>6,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,67	3,54	8,24	83,50	3,42
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	85	13,58	9,29	3,79	152,68	0,34
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	165	3,17	5,08	20,55	141,39	9,39
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>742</b>	<b>25,12</b>	<b>18,83</b>	<b>77,96</b>	<b>584,31</b>	<b>15,05</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	215	21,84	20,20	36,58	222,73	1,53
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	0,00	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	4,95	2,44	19,26	119,13	0,04
<b>Итого</b>			<b>477</b>	<b>34,03</b>	<b>24,87</b>	<b>69,95</b>	<b>392,86</b>	<b>4,57</b>
<b>Всего</b>				<b>69,57</b>	<b>55,03</b>	<b>208,28</b>	<b>1 347,31</b>	<b>26,96</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./



**МЕНЮ  
2 ДЕНЬ**

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,53	7,18	10,40	71,76	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,80</b>	<b>18,08</b>	<b>51,90</b>	<b>353,76</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	184	0,92	0,18	18,61	79,21	3,68
<b>Итого</b>			<b>184</b>	<b>0,92</b>	<b>0,18</b>	<b>18,61</b>	<b>79,21</b>	<b>3,68</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,42	2,36	15,02	99,51	6,51
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	190	18,72	20,37	21,34	344,42	18,14
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>26,74</b>	<b>23,82</b>	<b>76,96</b>	<b>632,33</b>	<b>#####</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА ФИЛЕ ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	65	12,46	7,86	2,08	128,87	0,85
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,54	4,33	16,46	112,30	8,46
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,42	0,93	26,65	133,77	0,10
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>20,54</b>	<b>13,36</b>	<b>73,31</b>	<b>494,14</b>	<b>10,81</b>
<b>Всего</b>				<b>60,00</b>	<b>55,44</b>	<b>220,78</b>	<b>1 559,44</b>	<b>#####</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./



**МЕНЮ  
3 ДЕНЬ**

**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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,46	2,18	16,43	70,72	1,87
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,49	2,67	2,97	40,10	2,18
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,25	20,79	2,87	147,51	0,20
	TK№028	КОФЕИЛЫ ПИТАНИЕ С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>21,00</b>	<b>28,04</b>	<b>34,97</b>	<b>342,33</b>	<b>4,75</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>146</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	5,50	8,20	7,40	115,00	8,70
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	9,01	11,19	14,75	194,83	0,99
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>24,33</b>	<b>25,91</b>	<b>78,75</b>	<b>660,73</b>	<b>11,89</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,84	15,94	14,06	310,86	19,78
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>519</b>	<b>21,56</b>	<b>19,15</b>	<b>53,76</b>	<b>522,46</b>	<b>22,38</b>
<b>Всего</b>				<b>67,49</b>	<b>73,60</b>	<b>182,98</b>	<b>1 596,02</b>	<b>42,02</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./



**МЕНЮ  
4 ДЕНЬ**

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,76	3,17	15,44	105,93	0,59
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,00</b>	<b>15,27</b>	<b>49,44</b>	<b>370,93</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	189	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>189</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,85	8,06	6,36	101,81	4,14
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	141,00	5,10
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,10	5,30	20,10	164,98	0,40
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,45	1,96	9,60	65,64	5,78
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	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
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>22,58</b>	<b>24,57</b>	<b>78,26</b>	<b>624,43</b>	<b>15,42</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	22,78	11,71	20,72	280,41	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	201	6,00	4,00	9,80	98,89	1,10
		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	88	0,79	0,18	7,09	37,65	52,53
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	32	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>446</b>	<b>31,85</b>	<b>18,89</b>	<b>63,61</b>	<b>527,95</b>	<b>53,83</b>
<b>Всего</b>				<b>68,39</b>	<b>58,97</b>	<b>209,11</b>	<b>1 601,31</b>	<b>71,78</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./

## МЕНЮ 5 ДЕНЬ

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	2,14	3,63	9,02	85,56	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,54</b>	<b>16,43</b>	<b>49,42</b>	<b>371,56</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	156	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>156</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,92	3,35	1,73	52,60	2,19
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	205/20	4,59	2,45	12,75	93,85	6,12
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	210	8,91	12,73	14,11	285,38	12,62
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	2,00	3,00	37,30	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	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
<b>Итого</b>			<b>774</b>	<b>19,36</b>	<b>21,48</b>	<b>62,09</b>	<b>688,13</b>	<b>21,23</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	5,40	8,57	29,47	246,77	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,69	5,36	29,97	203,60	0,04
<b>Итого</b>			<b>469</b>	<b>14,81</b>	<b>14,03</b>	<b>69,86</b>	<b>498,37</b>	<b>6,24</b>
<b>Всего</b>				<b>46,31</b>	<b>52,44</b>	<b>196,87</b>	<b>1 628,56</b>	<b>31,77</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./

# МЕНЮ 6 ДЕНЬ

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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,45	2,17	16,36	70,41	1,86
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,45</b>	<b>12,87</b>	<b>64,06</b>	<b>380,81</b>	<b>2,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	182	0,91	0,18	18,36	78,18	3,64
<b>Итого</b>			<b>182</b>	<b>0,91</b>	<b>0,18</b>	<b>18,36</b>	<b>78,18</b>	<b>3,64</b>
<b>Обед</b>								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	75	8,16	15,45	7,58	154,77	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	1,77	0,10	8,16	72,19	8,16
	TKN№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	175	0,12	0,12	21,80	101,22	1,06
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>682</b>	<b>17,63</b>	<b>21,12</b>	<b>82,34</b>	<b>599,18</b>	<b>14,51</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	65	11,88	11,98	9,69	98,84	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,87	2,47	19,36	98,11	9,09
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,68	6,88	24,05	99,87	0,00
	TKN№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>28,47</b>	<b>26,06</b>	<b>71,71</b>	<b>558,22</b>	<b>12,39</b>
<b>Всего</b>				<b>58,46</b>	<b>60,23</b>	<b>236,47</b>	<b>1 616,39</b>	<b>33,40</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.,

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./



**МЕНЮ  
7 ДЕНЬ**

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,46	2,62	2,91	39,29	2,13
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	15,86	21,63	2,99	153,47	0,21
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>23,23</b>	<b>30,59</b>	<b>25,32</b>	<b>336,28</b>	<b>2,84</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	134	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>134</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,98	41,70	1,51
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,71	2,67	10,58	116,62	0,49
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	160	2,49	5,82	16,22	126,61	6,86
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>723</b>	<b>25,11</b>	<b>13,99</b>	<b>65,28</b>	<b>668,93</b>	<b>13,26</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,13	1,94	9,51	85,38	5,72
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	49	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>553</b>	<b>15,42</b>	<b>14,18</b>	<b>76,31</b>	<b>510,88</b>	<b>6,22</b>
<b>Всего</b>				<b>64,36</b>	<b>59,26</b>	<b>182,41</b>	<b>1 586,59</b>	<b>25,32</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./



**МЕНЮ  
8 ДЕНЬ**

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,46	2,62	2,91	39,29	2,13
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	15,86	21,63	2,99	153,47	0,21
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>23,23</b>	<b>30,59</b>	<b>25,32</b>	<b>336,28</b>	<b>2,84</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	134	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>134</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,98	41,70	1,51
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,71	2,67	10,58	116,62	0,49
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	160	2,49	5,82	16,22	126,61	6,86
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>723</b>	<b>25,11</b>	<b>13,99</b>	<b>65,28</b>	<b>668,93</b>	<b>13,26</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,13	1,94	9,51	85,38	5,72
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	49	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>553</b>	<b>15,42</b>	<b>14,18</b>	<b>76,31</b>	<b>510,88</b>	<b>6,22</b>
<b>Всего</b>				<b>64,36</b>	<b>59,26</b>	<b>182,41</b>	<b>1 586,59</b>	<b>25,32</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.



Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./

# МЕНЮ 9 ДЕНЬ

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,84</b>	<b>16,32</b>	<b>44,31</b>	<b>358,86</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	54	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	126,00	5,10
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	19,77	6,26	0,40	136,64	0,53
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,01	1,21	14,95	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00	10,30
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>757</b>	<b>32,57</b>	<b>21,37</b>	<b>63,53</b>	<b>570,49</b>	<b>18,03</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	190	14,98	14,98	13,35	198,85	18,72
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,54	9,09	36,66	203,01	5,66
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>22,44</b>	<b>26,81</b>	<b>82,61</b>	<b>577,56</b>	<b>25,38</b>
<b>Всего</b>				<b>69,35</b>	<b>65,00</b>	<b>211,45</b>	<b>1 602,91</b>	<b>48,43</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
/Киселева Л.А./



# МЕНЮ 10 ДЕНЬ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,79	2,63	19,83	85,26	2,26
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (аллергики)	40	1,58	0,58	24,11	105,93	3,20
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	2,04	0,29	31,21	135,60	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>6,89</b>	<b>9,43</b>	<b>56,13</b>	<b>351,26</b>	<b>2,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	173	0,87	0,17	17,51	74,53	3,47
<b>Итого</b>			<b>173</b>	<b>0,87</b>	<b>0,17</b>	<b>17,51</b>	<b>74,53</b>	<b>3,47</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,98	3,57	4,92	56,09	2,34
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	4,46	2,89	10,77	87,19	5,55
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,09	3,88	9,02	131,24	0,49
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	75	11,93	10,31	10,96	184,14	0,40
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	3,80	3,23	18,43	115,71	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>711</b>	<b>24,27</b>	<b>19,25</b>	<b>90,69</b>	<b>629,44</b>	<b>8,83</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	16,98	16,01	16,39	209,81	8,34
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	7,24	25,30	172,69	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ (аллергики)	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>441</b>	<b>23,56</b>	<b>23,49</b>	<b>80,41</b>	<b>551,30</b>	<b>10,24</b>
<b>Всего</b>				<b>55,59</b>	<b>52,34</b>	<b>244,74</b>	<b>1 606,53</b>	<b>25,30</b>

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Киселева Лариса Александровна

25.12.24 11:48 (MSK)

Простая подпись