

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./



МЕНЮ
1 ДЕНЬ

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,94	6,08	22,50	164,21	0,18
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			378	8,17	10,02	37,74	259,73	1,28
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	151	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			151	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,85	3,61	8,76	87,21	3,45
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,68	3,81	2,83	87,96	0,27
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,50	4,18	16,19	113,04	7,41
		НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			578	20,53	12,32	62,28	444,41	12,73
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	175	7,03	10,60	19,14	226,25	1,30
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	7,50	3,70	28,67	178,29	0,05
Итого			401	15,53	14,42	61,21	463,54	2,15
Всего				44,83	37,36	176,03	1 233,98	22,16

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ 2 ДЕНЬ

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,44	2,16	16,27	70,01	1,85
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,30	1,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	118,99	0,20
		КОФЕИНЫ И НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	17,44	22,86	33,07	297,30	3,95
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,20	6,30	5,70	98,10	8,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,95	15,15	3,47	132,66	0,59
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			589	26,33	26,39	50,20	469,36	10,29
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,52	8,61	15,94	147,51	16,83
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	45	3,34	5,48	22,28	139,51	0,00
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			480	14,76	16,72	63,22	428,52	19,03
Всего				59,13	66,47	161,99	1 265,68	36,27

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./

МЕНЮ 3 ДЕНЬ

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,44	2,16	16,27	70,01	1,85
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,30	1,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	118,99	0,20
		КОФЕИЛЬВИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	17,44	22,86	33,07	297,30	3,95
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,20	6,30	5,70	98,10	8,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,95	15,15	3,47	132,66	0,59
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			589	26,33	26,39	50,20	469,36	10,29
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,52	8,61	15,94	147,51	16,83
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	45	3,34	5,48	22,28	139,51	0,00
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			480	14,76	16,72	63,22	428,52	19,03
Всего				59,13	66,47	161,99	1 265,68	36,27

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./



МЕНЮ 4 ДЕНЬ

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,22	6,56	9,50	65,55	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			360	9,02	10,86	41,60	270,55	2,30
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	132	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			132	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,58	2,24	1,17	35,57	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	155/15	3,47	1,84	9,59	68,75	5,30
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	140	5,81	8,30	9,22	206,57	10,97
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,77	1,15	14,30	0,00
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			544	12,08	13,35	37,56	461,82	16,37
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	105	3,62	5,77	19,90	165,37	0,09
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,33	2,75	18,14	119,35	0,03
Итого			368	10,62	8,75	53,44	356,72	6,02
Всего				32,32	33,46	148,10	1 159,59	27,69

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./



МЕНЮ 5 ДЕНЬ

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,22	6,56	9,50	65,55	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			360	9,02	10,86	41,60	270,55	2,30
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	132	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			132	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,58	2,24	1,17	35,57	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	155/15	3,47	1,84	9,59	68,75	5,30
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	140	5,81	8,30	9,22	206,57	10,97
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,77	1,15	14,30	0,00
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			544	12,08	13,35	37,56	461,82	16,37
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	105	3,62	5,77	19,90	165,37	0,09
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,33	2,75	18,14	119,35	0,03
Итого			368	10,62	8,75	53,44	356,72	6,02
Всего				32,32	33,46	148,10	1 159,59	27,69

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Полдник

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./



МЕНЮ 6 ДЕНЬ

Ясли 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,15	2,02	2,30	31,10	1,79
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	10,61	14,34	1,98	96,00	0,18
Итого			355	17,67	22,70	23,70	270,62	2,47
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	172	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			172	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,44	0,05	4,09	42,83	1,43
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	75	14,00	2,94	11,64	128,48	0,50
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	145	2,38	5,42	15,08	117,75	6,35
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			621	23,32	12,43	53,71	551,36	12,28
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	51	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,21	1,77	8,63	59,16	4,64
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	37	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			508	15,89	14,41	53,26	409,66	5,04
Всего				57,48	50,04	146,17	1 302,14	22,79

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

Киселева Л.А./



МЕНЮ 7 ДЕНЬ

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,15	2,02	2,30	31,10	1,79
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	10,61	14,34	1,98	96,00	0,18
Итого			355	17,67	22,70	23,70	270,62	2,47
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	172	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			172	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,44	0,05	4,09	42,83	1,43
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	75	14,00	2,94	11,64	128,48	0,50
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	145	2,38	5,42	15,08	117,75	6,35
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			621	23,32	12,43	53,71	551,36	12,28
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	51	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,21	1,77	8,63	59,16	4,64
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	37	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			508	15,89	14,41	53,26	409,66	5,04
Всего				57,48	50,04	146,17	1 302,14	22,79

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.,

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №17

/Киселева Л.А./



**МЕНЮ
8 ДЕНЬ**

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,46	7,04	10,20	70,38	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	10,86	14,44	42,50	289,48	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
Итого			150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	32	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,10	2,37	9,31	73,05	5,07
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	40	8,76	3,83	3,52	84,47	6,41
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130	2,09	6,00	11,66	108,75	3,31
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	140	0,05	0,04	15,45	60,80	0,14
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			544	17,50	13,04	61,84	436,07	16,53
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	65	11,22	5,77	10,19	139,82	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	112	3,30	2,25	5,48	55,69	0,60
		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	78	0,70	0,16	6,29	33,37	46,57
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	40	3,02	4,95	20,15	126,20	0,00
Итого			295	18,24	13,13	42,11	355,08	47,30
Всего				47,05	40,61	171,20	1 182,63	74,93

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю



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

МЕНЮ 9 ДЕНЬ

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,37	2,06	15,48	66,64	1,76
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
		КОФЕИЛЫИ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	9,17	11,76	46,48	278,64	2,66
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	44	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,20	6,20	7,70	100,70	5,10
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	15,11	4,77	0,34	104,34	0,41
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,01	1,21	14,95	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,63	4,04	17,27	118,17	8,28
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			604	25,01	16,66	50,52	452,66	15,49
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	7,98	9,14	16,91	156,45	17,85
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,32	6,06	24,44	135,34	5,15
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			495	14,20	17,92	70,35	452,79	23,90
Всего				49,88	46,84	188,35	1 280,09	46,05

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ 10 ДЕНЬ

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
		ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			370	6,94	10,08	36,09	247,84	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,80	0,20	14,80	65,00	3,60
Итого			150	0,80	0,20	14,80	65,00	3,60
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,74	2,85	3,97	45,26	0,12
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,04	5,02	1,80	92,12	0,39
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	3,04	2,57	14,73	92,53	0,00
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			576	21,02	16,84	66,80	491,81	5,11
Полдник								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	13,58	12,80	13,10	139,68	6,69
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,91	7,31	25,54	168,92	0,00
Итого			368	19,09	20,23	66,84	430,20	8,29
Всего				47,85	47,35	184,53	1 234,85	18,36

Медицинская сестра

Жигарева Е.А.