


Согласовано

Заведующий


 Уропченко Н.Ю.

Утверждено

Представитель ООО СКК



МЕНЮ

Второй 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	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,42	4,67	22,64	149,92	0,38
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,48	2,02	17,05	96,84	0,46
Итого			330	10,72	10,22	49,97	335,56	0,91
II Завтрак								
2008		БИОКЕФИР	150	5,10	3,75	8,25	91,50	1,05
Итого			150	5,10	3,75	8,25	91,50	1,05
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,65	2,34	1,21	36,84	1,54
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	5,26	7,42	7,38	118,11	10,96
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,68	7,44	2,82	168,46	13,08
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	3,08	8,40	17,82	158,64	8,40
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,55	0,22	23,94	110,42	66,67
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,00	0,77	13,71	69,87	0,00
Итого			624	30,92	26,79	77,48	713,34	100,65
Полдник								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	40	7,77	0,44	0,33	36,66	0,24
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,34	3,45	15,88	104,09	7,72
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	9,30	39,49	1,20
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			350	11,88	4,21	34,72	226,77	11,16
Всего				58,62	44,97	170,42	1 367,17	113,77