



МЕНЮ

1 день Понедельник

Сад 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,30	0,49	19,52	86,01	6,15
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			420	11,30	11,19	67,22	396,41	7,15
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	179	0,54	0,36	29,26	125,64	3,59
Итого			179	0,54	0,36	29,26	125,64	3,59
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,64	4,03	20,18	135,88	3,26
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,59	16,26	7,98	162,91	0,20
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергии)	65	11,35	12,80	0,00	160,63	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2,90	3,20	11,87	88,51	9,11
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,93	106,45	1,11
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	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
Итого			711	20,23	24,56	87,76	617,75	15,68
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	1,74	1,89	10,11	64,46	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,07	3,13	19,79	120,44	9,19
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,76	7,03	24,55	101,97	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	109	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			582	18,61	16,78	73,06	548,27	12,49
Всего				50,68	52,89	257,30	1 688,07	38,91

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №43 (филиал)

/Козловская О.В./

МЕНЮ

2 день Вторник

Сад 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	35	3,87	7,87	11,40	78,66	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			420	13,07	18,67	52,00	358,66	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	176	0,53	0,35	28,76	123,53	3,53
Итого			176	0,53	0,35	28,76	123,53	3,53
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	1,60	2,36	12,23	69,78	6,86
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	90	19,20	9,81	2,77	198,28	14,78
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергии)	65	11,35	12,80	0,00	160,63	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,25	7,16	13,63	112,56	9,99
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	175	0,68	0,04	28,09	115,94	0,21
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			744	28,03	20,36	83,62	630,66	33,84
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	19,29	9,81	17,55	240,89	0,22
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,98	2,66	6,65	54,65	0,14
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	207	6,24	4,16	10,19	102,86	1,14
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	122	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,40	7,10	28,80	132,00	0,00
Итого			549	31,71	23,93	70,69	568,40	16,70
Всего				73,34	63,31	235,07	1 681,25	55,07

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад №43 (филиал)
/Козловская О.В./

МЕНЮ
3 день Среда
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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,49	2,67	2,97	40,10	2,18
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	16,32	22,26	3,07	157,94	0,21
	TKN№043	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,26	3,58	17,47	119,84	0,67
Итого			440	25,41	32,73	30,72	381,74	3,06
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	55	0,47	0,06	4,30	45,02	1,64
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,80	4,03	12,79	90,27	5,21
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	85	2,53	7,18	12,02	123,00	0,12
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,45	5,71	15,91	124,24	6,73
	TKN№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			738	11,23	17,93	75,52	601,53	13,70
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,06	1,60	10,34	52,08	6,66
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№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
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			565	15,35	13,84	77,14	477,58	7,16
Всего				52,59	65,00	198,88	1 531,35	26,92

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад №43 (филиал)
/Козловская О.В./

МЕНЮ

4 день Четверг

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,47	4,39	7,49	66,34	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	12,97	16,49	44,59	361,34	1,00
II Завтрак								
	TKN№020	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	107	0,86	0,21	8,03	40,66	40,66
Итого			107	0,86	0,21	8,03	40,66	40,66
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,30	4,15	8,52	71,61	5,63
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	85	16,02	0,55	0,00	179,85	0,65
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	65	11,35	12,80	0,00	160,63	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,97	1,16	14,36	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	5,30	21,34	146,33	10,33
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/8	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			761	24,50	11,77	61,34	558,05	18,71
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	3,19	3,19	12,50	86,31	18,10
	TKN№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	TK №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	4,96	3,43	30,26	172,04	6,07
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			550	12,07	9,36	75,36	434,05	25,17
Всего				50,40	37,83	189,32	1 394,10	85,54

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад №43 (филиал)
/Козловская О.В./

МЕНЮ
5 день Пятница
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	1,72	0,64	26,07	114,77	8,28
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			441	6,82	7,44	62,37	380,77	8,78
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	190	0,57	0,38	30,91	132,76	3,79
Итого			190	0,57	0,38	30,91	132,76	3,79
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,97	3,51	4,84	55,18	2,30
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,43	5,20	10,62	84,29	5,57
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	85	2,11	3,88	2,76	54,60	0,10
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	65	11,35	12,80	0,00	160,63	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	4,28	3,64	20,76	130,33	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	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			750	12,49	17,30	84,20	529,60	8,67
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	2,18	2,21	17,27	98,03	8,73
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,92	7,31	25,55	174,41	0,00
Итого			479	8,80	9,76	81,54	441,24	10,63
Всего				28,68	34,88	259,02	1 484,37	31,87

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №43 (филиал)
/Козловская О.В./**МЕНЮ**
6 день Понедельник**Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,56	4,51	7,70	68,20	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			433	10,88	12,81	51,22	366,60	1,60
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			106	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	42	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	1,21	2,41	7,57	56,75	3,37
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	85	6,47	6,78	3,50	132,50	0,42
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,89	5,10	18,81	133,33	8,83
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			716	14,27	15,21	75,26	529,32	14,52
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	3,48	8,81	35,43	235,05	0,57
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	4,99	2,70	18,12	117,07	0,06
Итого			441	15,71	13,74	67,66	557,02	3,63
Всего				41,46	42,36	208,94	1 519,24	25,75

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №43 (филиал)

/Козловская О.В./

МЕНЮ

7 день Вторник

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,66	7,45	10,80	74,52	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
Итого			420	11,93	18,35	52,30	356,52	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	183	0,55	0,37	29,85	128,17	3,66
Итого			183	0,55	0,37	29,85	128,17	3,66
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	56	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,56	2,44	17,95	104,59	7,38
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	205	19,69	21,42	22,44	362,10	19,07
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			688	25,85	24,95	80,99	655,09	103,45
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	75	9,13	0,51	0,33	158,84	0,99
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,78	4,43	18,68	126,14	9,05
	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	4,34	0,91	26,16	131,30	0,10
Итого			451	17,37	6,09	73,29	535,48	11,54
Всего				55,70	49,76	236,43	1 675,26	119,65

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №43 (филиал)
/Козловская О.В./



МЕНЮ
8 день Среда
Сад 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,26	0,48	13,91	64,17	3,08
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	55	1,61	2,89	3,21	43,34	2,35
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	16,48	22,47	3,10	159,43	0,21
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			420	22,15	28,24	32,92	350,94	6,14
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,48	4,24	7,37	66,72	10,55
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65/70	0,73	4,04	4,35	56,92	0,77
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	165	28,37	32,01	0,00	401,58	0,00
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
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			746	12,03	14,80	68,32	474,54	13,52
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	210	3,86	3,74	14,75	100,47	22,90
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	109	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			538	9,58	6,95	54,45	312,07	25,50
Всего				44,36	50,49	171,19	1 208,05	48,16

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №43 (филиал)
/Козловская О.В./



МЕНЮ

9 день Четверг

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	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	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
Итого			415	13,11	15,37	49,83	373,69	1,11
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	180	0,54	0,36	29,30	125,84	3,60
Итого			180	0,54	0,36	29,30	125,84	3,60
Обед								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,00	5,25	19,90	163,35	0,40
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергии)	65	11,35	12,80	0,00	160,63	0,00
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,81	7,56	6,04	95,49	3,79
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,26	4,11	8,31	69,30	5,53
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	1,83	1,97	8,95	45,21	5,77
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	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
Итого			726	17,48	19,84	75,10	524,35	15,49
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,17	10,88	19,26	260,64	0,18
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	203	6,06	4,04	9,90	99,89	1,11
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	78	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	31	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			432	30,31	18,12	62,66	509,53	16,49
Всего				61,44	53,69	216,89	1 533,41	36,69

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №43 (филиал)
/Козловская О.В./



МЕНЮ

10 день Пятница

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,28	3,86	9,60	91,08	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
Итого			420	11,68	16,66	50,00	377,08	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	158	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			158	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,89	3,22	1,67	50,62	2,11
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	205/20	1,95	3,48	13,18	92,21	6,64
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	210	3,87	8,38	26,99	199,14	12,33
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	65	11,35	12,80	0,00	160,63	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,02	2,04	3,06	38,05	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	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
Итого			774	11,67	18,07	75,40	599,02	21,38
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	160	5,67	8,99	30,92	258,94	0,11
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,81	5,71	29,99	207,59	0,05
Итого			476	15,20	14,80	71,33	514,53	6,26
Всего				39,15	50,03	212,23	1 561,13	31,94