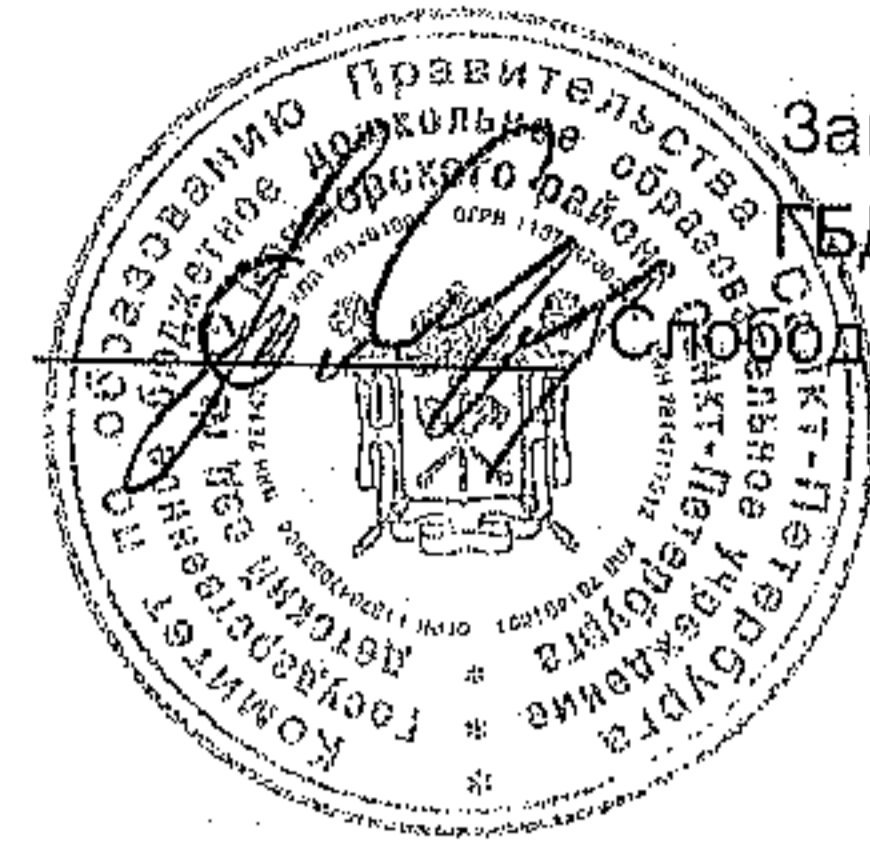


Согласовано

Заведующая
ГБОУ № 12
Слободянюк Т.А./**МЕНЮ**

5 октября 2023 г.

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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,8	4,7	12,5	100	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	128	0,4
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			365	9,6	14,4	43,5	312	0,9
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	102	1,5	0,5	21	96	4
Итого			102	1,5	0,5	21	96	4
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	43	0,3		0,7	5	0,8
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,8	6,9	8,1	116	5,3
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	12,1	0,5	0,5	55	0,5
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1	1,2	15	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,6	17,5	122	8,5
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		5,3	22	0,4
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,3	0,1	8,5	41	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			606	22,6	13,6	49,5	415	15,5
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,5	14,1	13,6	242	17,8
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	8,2	35	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	4,2	5,6	18,5	141	5,5
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			495	22,6	22,4	51,2	506	24,2
Всего				56,3	50,9	165,2	1329	44,6

Шеф - повар

Холодкова С.А.