



Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
ш. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./**МЕНЮ****1 день****Ясли 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0
	ТК №038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12		8,52	36	0
Итого			378	8,40	10,30	41,82	287,30	0
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66,3	0
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66,3	0
Обед								
	ТК №009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5,2	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,8	5,9	8,4	105,8	0
2012	258	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,6	48,0	2,5	91,5	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,4	0
2012	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,8	4,4	23	143	0
	ТК №025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	80,7	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			725	24	25,2	79,3	689	0
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	6,5	9,8	17,7	209,2	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,12	6,4	31	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7,0	28	0
	ТК №008	ПЕЧЕНЬЕ	30	4,2	5,4	22,35	152	0
Итого			360	11,7	15,32	53,45	420,20	0
Всего				33,92	84,76	171,07	1234,7	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11/2

ш. Революции 18/3

/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ**2 день****Если 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	158	0
	ТК №040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			365	11,6	16	41,9	304	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	65	0
Итого			150	0,8	0,2	14,8	65	0
Обед								
	ТК №001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	9,6	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,2	4	5	92,4	0
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	15,5	17	17,6	216	0
2008	ТК №027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77,3	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			541	21,7	21,9	56,5	465,6	0
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,3	5,3	0,2	81	0
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,1	12,6	10,5	199	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	3,7	15,7	107	0
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	4,5	20,4	133	0
	ТК №051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,1	75	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2	4,6	24,1	164	0
Итого			375	13,8	13,8	64,5	458	0
Всего				47,8	51,9	177,7	1292,6	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
ш. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

3 день

Если 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,8	24,3	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,3	16,7	2,3	119	0
	ТК №028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			360	17,4	22,8	32,6	295,3	0
II Завтрак								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	70,5	0
Итого			150	0,6	0,5	15,5	70,5	0
Обед								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	5,6	0
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,4	1,8	9,4	67,4	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,1	15,3	3,5	134	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,8	4,7	26,8	174	0
2012	ТК №392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1	0,1	6,8	28	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			590	25,7	22	53,9	440	0
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,6	8,7	16,1	149	0
	ТК №037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		14,1	54	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24	150,3	0
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.125 г	125	3,5	3,1	5,6	70,6	0
Итого			510	15,8	17,8	66,2	454,9	0
Всего				59,5	63,2	168,2	1260	0

Утверждаю



Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
ш. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

4 день

Если 12 часов

Если 12 часов								
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,2	5,6	18,7	142,1	0
	ТК №043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			365	11,2	12,9	41,3	311,1	0
II Завтрак								
	ТК №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	1	0,2	9	46	0
Итого			120	1	0,2	9	46	0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,6	6,1	5	77,8	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	6,2	7,7	105,7	0
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,6	4	15,1	114	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2	1,6	7,8	53,5	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	51,6	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			580	17,2	18,6	60,9	469,9	0
Полдник								
2012	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,7	9,1	16,1	221	0
2008	ТК №434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3	7,3	74,2	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №008	ПЕЧЕНЬЕ	30	4,2	5,4	22,35	152	0
Итого			280	26,3	17,5	45,7	447,2	0
Всего				55,6	49,3	157	1273,9	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
ш. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

5 день

Если 12 часов

Если 12 часов								
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	1013,3	69	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	150	2,6	2,5	18,5	128	0
	ТК №026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			360	9,2	11,2	42,1	274	0
II Завтрак								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	0
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	36,5	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,2	6,3	5,7	98,1	0
2012	210	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,3	9	10	224	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	14,9	0
	ТК №031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		5,8	85	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	51,6	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			550	13,3	18,6	34,5	510,1	0
Полдник								
	ТК №001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	0
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,2	6,7	23,1	192	0
	ТК №024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,1		7,1	29	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,7	8,1	34	134	0
Итого			393	7,6	15	72,5	398	0
Всего				30,7	45,3	164,6	1252,6	0

Утверждаю



Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
п. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ**6 день****Ясли 12 часов**

Если 12 часов								
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,4	4,7	13,7	142	0
	ТК №028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			365	7,6	9,2	42,2	294	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	1	0,2	14,8	65	0
Итого			150	1	0,2	14,8	65	0
Обед								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	5,6	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,7	3,4	15	125,1	0
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,4	12,1	5,9	121	0
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,1	12,6	10,5	199	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,7	0,1	7,8	69,4	0
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,5	4,5	20,4	133	0
	ТК №032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,9	87,8	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			560	13,3	16,3	62,7	479,2	0
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ (ГОВЯДИНА)	60	8,9	6,7	8,9	205,1	0
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	3,9	15,6	107,4	0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,5	23,8	148	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			365	13,3	11,3	45,6	410,8	0
Всего				35,1	37	165,4	1249	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11/2

ш. Революции 18/3

/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ**7 день****Если 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	2,1	2,4	32,4	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,3	13,9	1,9	93,2	0
	ТК №029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			350	18,5	23,3	26,9	294,6	0
II Завтрак								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,85	71	0
Итого			150	0,6	0,5	15,85	71	0
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3	0,1	3,1	33	0
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	3,4	3	107	0
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,12	2,3	9,3	103	0
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,8	4,1	11,4	89	0
	ТК №033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3		5,8	85	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			555	19,8	10,5	46,8	487,3	0
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	63	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2	1,6	7,8	53,5	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2012	ТК №392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1		6,8	28	0
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.125 г	125	3,5	3,1	5,6	70,6	0
	ТК №008	ПЕЧЕНЬЕ	30	4,2	5,4	22,3	152	0
Итого			500	16,4	14,8	53,5	418,1	0
Всего				55,3	49,2	142,6	1270,5	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
ш. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./**МЕНЮ****8 день****Ясли 12 часов**

Дополнительно 12 часов								
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,2	5,6	18,7	142,1	0
	ТК №026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			365	10,8	14,3	42,3	288,1	0
II Завтрак								
	ТК №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	1	0,2	9	46	0
Итого			120	1	0,2	9	46	0
Обед								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	5,6	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,5	3,3	11,9	96,1	0
2012	294	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,2	4,9	4,5	108	0
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИВНТ)	150	2,4	6,9	13,4	125	0
2008	ТК №027	КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	150	0,1		30	120	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0
Итого			600	21,7	15,9	81,7	558,1	0
Полдник								
2012	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,2	7,3	12,9	177	0
2008	ТК №434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3	7,3	74,2	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24	150,3	0
Итого			280	22,2	16,2	44,2	401,5	0
Всего				55,6	46,6	177,2	1293,3	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
ш. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./**МЕНЮ****9 день****Если 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	158	0
	ТК №028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			365	9,2	11,8	46,8	310	0
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	0
Обед								
	ТК №009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5,2	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	6,2	7,7	100,7	0
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11	0,4		139	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1	1,2	14,8	0
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,6	4	17,1	17	0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,6	23,8	148	0
	ТК №024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,1		7,1	29	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41,3	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			598	20,8	12,3	50	486,3	0
Полдник								
2012	198	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,6	8,7	16,1	149	0
	ТК №036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	73,5	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	50	2,8	2,6	22,3	124,6	0
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.125 г	125	3,5	3,1	5,6	70,6	0
Итого			510	15	14,7	68,5	448,7	0
Всего				45,4	39,1	175,1	1292	0



Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д/с №11/2
ш. Революции 18/3
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ
10 день

Если 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энер- гетичес- кая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154,1	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ	186			8,4	33,6	0
Итого			371	7	10,2	36,3	249,7	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	1	0,2	14,8	65	0
Итого			150	1	0,2	14,8	65	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5	0
2012	71	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,3	5,6	9,8	97,4	0
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,2	5,1	1,8	94	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,5	97,4	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77,3	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,7	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0
Итого			575	21,6	16,6	67	492,9	0
Полдник								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	5,6	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	120	14	13,2	13,5	144	0
	ТК №031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3	0,1	20,8	85	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	164	0
Итого			375	19,4	20,4	66,5	429,6	0
Всего				48,8	47,4	184,6	1237,2	0