

Утверждаю



Заведующий ГБДОУ д/с №11
ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

1 день

Сад 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,2	8,3	35	262	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2	5,2	25	154	0
	ТК №038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			428	10,5	12,4	50,5	360	0
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	0
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	0
Обед								
	ТК №009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7	0
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5	7,7	11	179	0
2012	258	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,4	11,8	3,4	169	0
2012	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,2	12,3	10,2	196	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134	0
2012	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,8	4,4	23	143	0
	ТК №025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			725	24	25,2	79,3	689	0
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20	18,5	33,5	204	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
	ТК №022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №008	ПЕЧЕНЬЕ	50	7	9	37,3	253	0
Итого			455	34,1	29,7	84,9	663	0
Всего				69,2	67,9	229,5	1778	0

Утверждаю



Заведующий ГБДОУ д/с №11

ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1

/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ**2 день****Сад 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	205	6,7	9,7	24,4	211	0
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,5	6	16,3	130	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			415	13,3	18,4	48	357	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	0
Итого			180	1	0,2	17,8	78	0
Обед								
	ТК №001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,2	5,2	6,6	118	0
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,3	21	22	355	0
2008	ТК №027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22	93	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			676	27,1	27,2	69,2	661	0
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,2	4,7	2,1	92	0
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,1	12,6	10,5	199	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	17,5	119	0
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	4,5	20,4	133	0
	ТК №051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88	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			455	16	14,1	71,8	494	0
Всего				57,4	59,9	206,8	1590	0



Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11
ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

3 день

Сад 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 ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	2,7	3	41	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,4	21	2,9	149	0
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,5	6,2	16,3	131	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			410	21,1	28,2	34,4	342	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								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,5	2,4	12,5	92	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	21,1	21,4	4,9	188	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	5,9	33	240	0
2012	ТК №392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1	0,1	8,2	34	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	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	0
Итого			765	35,4	30,4	74	631	0
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	8,9	10,2	18,9	175	0
	ТК №037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		16,9	65	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.125 г	125	4	3,4	7,3	75	0
Итого			545	15,7	14,3	61,4	406	0
Всего				72,4	73,4	185,3	1450	0

МЕНЮ

4 день

Сад 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	205	6	8	27	203	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3	5,8	24,8	162	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			415	13	15,3	49,6	372	0
II Завтрак								
	ТК №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	1	0,2	9	46	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	150	0,6	0,6	14,8	66	6
Итого			120	1	0,2	9	46	0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	7,4	6,4	96	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,6	8,3	10,3	141	0
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,3	5,9	7	124	0
2012	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,2	12,3	10,2	196	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,5	2	9,8	67	0
2012	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,8	4,4	23	143	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			731	22,7	24,6	65,4	580	0
Полдник								
2012	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23	11,8	20,9	283	0
2008	ТК №434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	4	9,8	99	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №008	ПЕЧЕНЬЕ	50	7	9	37,3	253	0
Итого			380	36	24,8	68	635	0
Всего				72,7	64,9	192	1633	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11
ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

5 день

Сад 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	40	4,5	9,2	13,3	92	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	200	6,2	10	26,8	209	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2	5,6	25,1	159	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			420	13,9	21	53,7	378	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	50	0,5	0,1	1,9	12	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/15/1	1,3	4,1	6,1	69	0
2012	210	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,4	12	13,3	269	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1	2	3	37	0
	ТК №031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		7	102	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			736	15,5	22	54,4	640	0
Полдник								
	ТК №001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	0
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,3	8,4	28,9	242	0
2008	209	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (аллергики)	150/15	8,1	8	30	225	0
	ТК №024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,4	11,3	48	228	0
Итого			463	8,4	19,8	87,3	518	0
Всего				38,4	63,3	210,9	1607	0



Утверждаю
Заведующий ГБДОУ д/с №11
им. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ
6 день
Сад 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	205	7,2	8,3	35	226	0
2008	323	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	4,5	6,4	27,3	185	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			415	11,4	12,8	63,5	378	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	0
Итого			180	1	0,2	17,8	78	0
Обед								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10/1	4,2	5,2	6,6	118	0
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200	19,3	21	22	355	0
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,1	12,6	10,5	199	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,8	0,1	8,5	75	0
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,5	4,5	20,4	133	0
	ТК №032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,7	105	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			700	20	9,8	82,1	556	0
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,5	12,6	10,2	239	0
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,5	19,6	134	0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,5	23,8	148	0
	ТК №022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	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	103	0
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.125 г	125	4	3,4	7,3	75	0
Итого			590	29,7	27,7	71,8	736	0
Всего				62,1	50,5	235,2	1748	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11
ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

7 день

Сад 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	50	1,5	2,7	3	41	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,4	21	2,9	149	0
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,5	6,2	16,3	131	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			410	23,9	31	28,5	359	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	50	0,4	0,1	3,9	41	0
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,5	4,5	4	165	0
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,1	2,8	10,9	120	0
2012	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,2	12,3	10,2	196	0
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,4	5,6	15,6	122	0
2012	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,8	4,4	23	143	0
	ТК №033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4		7	102	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			715	25,3	14	64,9	668	0
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	63	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,2	2	9,8	88	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
2012	ТК №392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		8,2	34	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.125 г	125	4	3,4	7,3	75	0
	ТК №008	ПЕЧЕНЬЕ	50	7	9	37,3	253	0
Итого			585	19,8	19,1	73,5	565	0
Всего				69,6	64,6	182,4	1663	0



Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11
ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

8 день

Сад 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	205	6	8	27	203	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3	5,6	24,8	161	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			415	12,6	16,7	50,6	349	0
II Завтрак								
	ТК №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	1	0,2	9	46	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	150	0,6	0,6	14,8	66	0
Итого			120	1	0,2	9	46	0
Обед								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6	4,4	16	160	0
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,2	2,1	8,7	59	0
2012	294	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,9	7,8	7,2	173	0
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИВНТ)	150	2,4	6,9	13,4	125	0
2008	ТК №027	КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	180	0,1		36	144	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,8	62	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			730	30,7	20,1	99,6	737	0
Полдник								
2012	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,7	9	16,1	221	0
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,3	6,5	39	0
2008	ТК №434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	4	9,8	99	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,4	7,1	28,8	180	0
Итого			410	29	22,4	61,2	539	0
Всего				73,3	59,4	220,4	1671	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11
ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ

9 день

Сад 12 часов

Сад 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 ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,7	9,7	24,4	211	0
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,5	6	16,3	130	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			415	12,7	16,2	44,1	357	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	50	0,4		0,9	7	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,6	8,3	10,3	126	0
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,6	0,8	0,5	68	0
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,6	12,6	0,3	173	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1	1,2	15	0
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	5	21,3	147	0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,9	4,6	23,8	148	0
	ТК №024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		6,5	36	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			753	27,3	15,9	61,6	503	0
Полдник								
2012	198	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,4	14,4	12,8	191	0
	ТК №036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	21,7	88	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	75	4,2	4	33,4	187	0
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.125 г	125	4	3,4	7,3	75	0
Итого			575	23,7	22	81,6	572	0
Всего				64.1	54.5	197.81	1479	0

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с №11
ш. Революции, д.18, корп.3, стр.1
/Федоренкова Е.В./

МЕНЮ **10 день**

Сад 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	40	1,9	2,8	21,1	91	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	6,8	27,9	232	0
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	205	2	5,6	25,1	159	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
Итого			431	7	9,6	57,4	357	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	0
Итого			180	1	0,2	17,8	78	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	0
2012	71	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,7	7,5	13,1	121	0
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,4	4	9,3	135	0
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	11,1	12,6	10,5	199	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4	3,4	19,4	122	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22	93	0
2008	ТК №430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			715	25,1	19	91,3	634	0
Полдник								
	ТК №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	150	17,5	16,5	16,9	216	0
	ТК №031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	14,7	64	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,8	62	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	164	0
Итого			450	24,5	23,9	70,2	512	0
Всего				57,6	52,7	236,7	1581	0