

Зам.Директора по УБР

ГБОУ Детский сад № 246
/Е.А.Курсыш/

/Е.А.Курсыш/

/Е.А.Курсыш/

/Е.А.Курсыш/

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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,49	7,11	10,30	71,07	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			415	12,69	17,91	50,90	351,07	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	179	0,96	0,24	17,80	78,00	2,90
Итого			179	0,96	0,24	17,80	78,00	2,90
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90	6,60
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,92	7,84	7,20	172,80	12,90
2012	344	РАТУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	150	2,55	6,82	13,98	133,25	9,81
	ТК№383	КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА (или ПОВИДЛА, или ВАРЕНЬЯ)	180	0,14	0,02	27,03	106,50	3,46
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			731	30,91	20,07	91,11	706,55	34,77
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,52	8,91	15,94	218,79	0,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,30	6,50	39,00	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	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			510	29,62	22,51	68,54	526,69	16,60
Всего				74,18	60,73	228,35	1 662,31	55,27