

Зам. Директора по УБР
509 Детский сад № 246
/Е.А.Курочкин/

/Е.А.Курочкин/

ГБОУ Детски
3am Дип

MMH
CRAF

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		
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУПЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155 180	5,00 2,80	7,30 2,40	18,30 12,70	128,00 84,00	0,40 0,50
Итого			365	9,20	11,80	46,80	280,00	2,70
III Завтрак								
Итого		БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
2012	57	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	40 150/10/5	0,30 4,16	0,00 5,99	0,70 7,82	5,20 104,64	0,80 5,31
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	12,21	0,46	0,34	54,11	0,45
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,60	4,00	17,10	117,00	8,20
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			600	22,04	12,09	50,46	405,05	15,66
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	170 150 15	13,43 0,10 1,00	13,32 0,10 0,12	12,06 18,10 6,40	225,02 73,50 31,00	17,23 0,60 0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	50 100 485	2,32 2,80 19,65	6,06 2,50 22,10	24,44 4,50 65,50	135,34 56,50 521,36	5,15 0,30 23,28
Итого								
Всего				52,39	46,49	183,76	1302,41	45,64