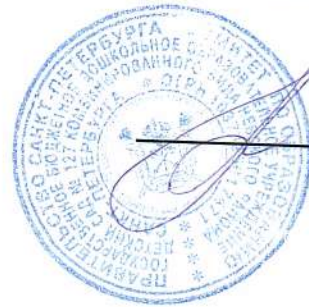


1 день

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №127
Грухова А.А.

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,3	4,2	7,1	63	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	6,2	26,3	189	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	5,7	4,6	25,9	168	0
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		6,1	26	1,21
Итого			378	8,4	10,4	39,5	278	1,61
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	6
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	6
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5	0,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,8	5,9	8,4	106	3,3
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	3,9	4	2,1	77	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,1	3,5	13,9	96	6,4
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	81	0,8
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			573	12,3	14,1	58,9	435	11,6
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	5,4	8,2	14,8	175	1
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1	0,1	6,4	31	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5	4,1	27,8	137	0
Итого			382	11,4	12,4	56	371	1,8
Всего				32,7	37,5	169,2	1150	21,01

Медицинская сестра

Доброва Н.М

2 день

Утверждаю

МЕНЮ

Заведующий
ГБДОУ №127
Трухова А.А/

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			365	10,4	14,8	44,5	300	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,6	0,1	12	51	0
Итого			150	0,6	0,1	12	51	0
Обед								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	10	4
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3	2,9	9,5	75	3,6
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	17,4	6,7	13,4	203	12,7
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77	59,8
	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			541	23,4	10,5	56,8	435	80,1
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	6,6	4,2	0,2	64	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,2	3	15,5	99	7,6
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,1	75	1,2
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	1,6	3,6	19	129	0,1
Итого			375	11,5	11	59,2	398	9,5
Всего			45,9	36,4	172,5	1184	91,7	

Медицинская сестра

Доброва Н.М.

3 день

МЕНЮ

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №127
Грухова А.А./

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	16,1	69	1,8
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,8	25	1,4
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,2	16,5	2,3	118	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	5,7	4,6	25,9	168	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			360	17,3	22,6	32,9	296	3,9
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	149	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			149	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		0,9	5	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,8	6,1	6,3	98	8,3
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,2	14,4	3,3	126	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,8	4,8	26,8	174	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1		6,8	28	0,1
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1	0,1	6,4	31	0
Итого			591	25,2	25,4	50,5	462	9
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13	12,7	13,5	224	18,3
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	3,9	6,4	26,2	164	0
	ТК№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		14,1	54	1,9
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			491	20,8	21,7	64,7	530	20,5
Всего				63,9	70,2	163,6	1359	36,4

Медицинская сестра _____ Доброва Н.М.

Утверждаю

4 день

МЕНЮ



Заведующий
ГБДОУ №127
/Трухова А.А/

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	6,9	61	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	158	0,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			365	12	14,6	40,8	326	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	13,2	56	0
Итого			150	0,7	0,1	13,2	56	0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,6	4,9	4,1	63	3,4
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,6	5	6,6	89	4,3
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	6,6	3,4	13	98	0,2
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,8	1,5	7,1	49	3,8
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
	ТК№016	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
Итого			580	15,3	15,5	56,1	418	12,5
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,8	9,1	16,2	222	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,7	2,6	6,2	63	0,7
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,8	3,6	14,9	94	0
Итого			370	25,1	15,5	44,8	417	16,1
Всего			53,1	45,7	154,9	1217	29,6	

Медицинская сестра

[Signature]

Доброва Н.М

Утверждаю

5 день

МЕНЮ


 Заведующий
 ГБДОУ №127
 /Трухова А.А./

Если 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,3	6,6	9,6	66	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,6	2,5	18,5	128	0,6
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	4,4	4,4	25,1	157	0
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			360	9,1	10,9	41,7	271	2,3
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,5	1,8	1	29	0,1
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,3	3,2	8,7	77	4,2
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	8,6	9,2	20,8	202	9,8
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	15	0,3	0,7	1	13	0
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		5,8	85	0
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
Итого			545	14,6	15,1	47,9	458	14,1
Полдник								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	3,6	5,7	19,7	164	0,1
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		7,1	29	0,9
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,5	6,9	29,1	115	0
Итого			395	6,8	12,8	64,2	351	6
Всего				31,1	39,3	169,3	1151	25,4

Медицинская сестра _____ Доброва Н.М

Утверждаю

6 день

МЕНЮ



Заведующий
ГБДОУ №127
Трухова А.А.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,5	2,2	16,4	71	1,9
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,4	4,7	13,7	142	0,4
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	4,4	4,4	25,1	157	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			365	7,7	9,3	42,8	297	2,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	14,4	61	0
Итого			150	0,7	0,1	14,4	61	0
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,2		0,7	4	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И	150/10	4,3	3,5	18	120	2,5
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,1	11,6	5,7	116	0,2
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,5	0,1	7	63	7,1
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,5	86	0,9
	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			560	14,3	15,9	64	459	10,7
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,2	6,2	8,3	189	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,1	3,6	14,5	100	6,7
	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
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
Итого			365	12,4	10,4	43,9	387	7,5
Всего				35,1	35,7	165,1	1204	21

Медицинская сестра

Доброва Н.М

7 день

МЕНЮ



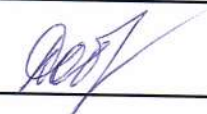
Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №127
/Трухова А.А/

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,2	6,6	9,5	66	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			365	10,6	14	41,8	285	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	13,8	59	0
Итого			150	0,7	0,1	13,8	59	0
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,5	3,3	11,9	96	6,4
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	9,5	5,4	1,6	104	7,4
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,3	6,6	12,7	119	3,6
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		14,6	62	0,2
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,2	10,7	52	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,5	0,7	10,2	52	0
Итого			556	20,1	16,2	61,7	485	17,6
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	17,3	8,9	15,7	216	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4	2,8	6,7	68	0,7
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,2	5,3	21,7	136	0
Итого			380	25,3	17,2	51,6	458	16,1
Всего				56,7	47,5	168,9	1287	35,8

Медицинская сестра


Доброва Н.М.

Утверждаю

8 день

МЕНЮ



Заведующий
ГБДОУ №127
Грухова А.А/

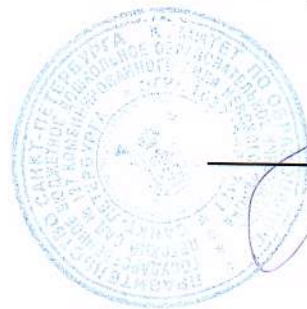
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,8	1,5	1,7	23	1,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,8	16	2,2	114	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	5,7	4,6	25,9	168	0
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	14,4	98	0,6
Итого			460	19,3	24,5	25,3	297	2,1
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			147	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3		3,1	33	1,1
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	3,4	3	107	4
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,8	2,3	9	99	0,4
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,8	4,1	11,5	90	4,8
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3		5,8	85	0
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			573	20,5	10,6	53,3	517	10,3
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2	1,6	7,8	54	4,2
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	10,7	52	0
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	21	2,8	3,6	14,9	94	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1		6,8	28	0,1
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			428	9,4	7,9	44,7	285	4,6
Всего				49,8	43,5	138,8	1170	20

Медицинская сестра *Н.М. Доброва* Доброва Н.М

Утверждаю

9 день


 Заведующий
 ГБДОУ №127
 /Трухова А.А./

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,6	2,3	17,6	76	2
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	128	0,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			370	9,4	12	48,6	288	2,9
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	4
Итого			100	1,5	0,5	21	96	4
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,7	5	0,8
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	6	7,7	105	5
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,1	0,4		140	0,4
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1	1,2	14	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,5	4,3	17,6	119	8,5
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		7,1	29	0,9
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,1	8,5	41	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			606	20,9	12,3	50,5	492	15,6
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,8	13,4	12,1	227	16,3
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,3	6	24,2	134	5,1
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			485	20	22,1	65,3	523	22,3
Всего				51,8	46,9	185,4	1399	44,8

 Медицинская сестра  Добрава Н.М.

Утверждаю

10 дек.

МЕНЮ



Заведующий
ГБДОУ №127
Трухова А.А.

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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,3	4,1	7,1	63	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	1
Итого			371	7,1	10,2	36,4	251	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	148	0,7	0,1	15	64	0
Итого			148	0,7	0,1	15	64	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,4	3,4	39	0,1
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,3	5,6	9,8	97	4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	11,1	5,6	2	102	0,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,1	2,6	14,9	94	0
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,7	0,2	10,7	52	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			581	22	17	66,6	497	5,1
Полдник								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,4		1,1	6	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	13,5	13,1	14	228	7
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		20,8	85	0
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	8	27,8	184	0
Итого			375	19,5	21,2	70,1	534	7
Всего				49,3	48,5	188,1	1346	13,5

Медицинская сестра

Доброва Н.М.

1 день



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №127
Трухова А.А.

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,3	4,2	7,1	63	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,2	8,3	35	262	0,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	5,7	4,6	25,9	168	0
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
Итого			428	10,6	12,5	50,6	361	1,6
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	6
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	6
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7	1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5	7,7	11	179	3,2
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	5,4	5,7	2,9	111	0,4
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,6	8,5		128	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,5	4	16,4	113	7,6
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	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	0
Итого			775	16,6	18,3	75,7	610	13,1
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	17,4	16,1	29,1	177	1,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	3
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,2	2,3	28,9	142	0
Итого			455	31,8	20,6	72,1	524	4,2
Всего				59,6	52	213,2	1561	24,9

Медицинская сестра  Доброва Н.М.

Утверждаю

Л. Девя
 Заведующий
 ГБДОУ №127
 /Трухова А.А/

МЕНЮ

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,8	9,9	68	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	205	0,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			415	11,7	17,7	51,4	350	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,8	0,2	16,8	72	3,3
Итого			180	0,8	0,2	16,8	72	3,3
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,1	4	15,2	112	5,9
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	20,7	7,2	19,5	247	14,9
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22	93	72
	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	28,4	12,2	75,3	547	97,8
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	7,6	0,4	0,3	133	0,8
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	13,7	9,2		140	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,3	4	15,9	109	7,7
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88	1,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4	0,8	23,8	120	0,1
Итого			495	15	5,4	68,1	481	10
Всего				55,9	35,5	211,6	1450	112,1

 Медицинская сестра *Н.М. Доброва* Доброва Н.М.

Утверждаю

3 день

Заведующий
ГБДОУ №127
Трухова А.А.

МЕНЮ

Сад 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	16,1	69	1,8
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	2,7	3	41	2,2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	15,1	20,6	2,8	146	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	5,7	4,6	25,9	168	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			405	20,8	27,8	34,6	340	4,7
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	148	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			148	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,1	6	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,4	4,1	6,7	72	9
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	8,5	10,6	13,9	184	0,9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	5,9	33	240	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		8,2	34	0,2
	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			751	19,7	21,2	77	606	10,1
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	195	14,2	12,1	15,7	234	21,2
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		16,9	65	2,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			515	19,9	15,3	55,4	446	23,8
Всего				61	64,8	182,5	1463	41,6

Медицинская сестра

Доброва Н.М.

5 день

МЕНЮ

Сад 12 часов



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №127
Трухова А.А.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,2	3,7	9,2	87	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,2	10	26,8	209	0,8
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	4,4	4,4	25,1	157	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			420	11,6	16,5	49,6	373	1,3
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,6	1,3	41	1,7
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,6	4,3	11,2	102	5,7
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,8	17,1	25	318	11
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,9	1,7	2,6	32	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		7	102	0,3
	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			750	26	26,7	70,6	712	18,7
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,1	8,1	28	235	0,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	135	8,6	10,2	12,5	177	6,4
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,2	10,5	44,6	212	0
Итого			485	8	18,7	83	495	6,2
Всего				46,2	62,4	218,7	1651	29,2

Медицинская сестра  Доброва Н.М.

6 день

МЕНЮ

Сад 12 часов

Утверждаю


 Заведующий
 ГБДОУ №127
 ГТрухова А.А.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,5	2,2	16,4	71	1,9
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,2	8,3	35	226	0,5
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	4,4	4,4	25,1	157	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			415	11,5	12,9	64,1	381	2,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	184	0,9	0,2	18,5	79	3,7
Итого			184	0,9	0,2	18,5	79	3,7
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И	200/10	3,6	4,5	20	147	3,1
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,6	16,3	8	163	0,2
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	45	11,3	7,6		114	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,8	0,1	8,3	74	8,3
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	175	0,1	0,1	22,5	104	1,1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			648	17,7	22	82,3	605	12,7
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,1	12,2	9,9	101	0
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,8	2,4	19	96	8,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,9	7,3	25,5	106	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	3
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			566	28,8	26,6	73	565	12,2
Всего				58,9	61,7	237,9	1630	31,5

Медицинская сестра _____

Добрава Н.М.

7 день

МЕНЮ



Утверждаю

 Заведующий
 ГБДОУ №127
 /Трухова А.А./

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,3	6,6	9,6	66	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6	8	27	203	0,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
Итого			415	12,5	17,4	50,2	346	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,5	74	3,5
Итого			180	0,9	0,2	17,5	74	3,5
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,2	7	0
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6	4,4	16	160	6,6
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16	8,8	2,6	172	12,3
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	150	2,4	6,8	13,1	123	9
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		21,2	88	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2	0,2	12,7	61	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			727	29,4	21	79,7	677	28,1
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,3	8,8	15,8	216	0,2
2008	265	ПЛОВ (аллергии)	105	11,5	12,4	18	230	0,2
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,3	6,4	50	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	3,9	9,6	97	1,1
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,1	6,6	26,8	123	0
Итого			615	29	21,8	66,1	524	16,6
Всего				71,8	60,4	213,5	1621	49,2

Медицинская сестра _____ Доброва Н.М.

Утверждаю

8 день

МЕНЮ



Заведующий
ГБДОУ №127
Г Трухова А.А.

Сад 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,4	2,5	2,8	37	2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	14,8	20,2	2,8	143	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	5,7	4,6	25,9	168	0
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	165	3,5	2,9	14,4	98	0,6
Итого			385	22,9	29,7	27	340	2,8
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			150	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4		3,8	40	1,4
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,5	4,5	4	165	4,4
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	2,6	10,2	113	0,5
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	40	10,3	6,9		104	0
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,3	5,4	15,1	118	6,4
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4		7	102	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			757	24,5	13,5	63,6	655	12,7
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	62	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,2	2	9,6	86	5,8
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	51	3,8	5	43,2	223	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1		8,2	34	0,2
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			562	15,5	14,2	76,4	513	6,3
Всего				63,5	57,9	182,5	1579	24,8

Медицинская сестра

Доброва Н.М

9 день

МЕНЮ

Сад 12 часов

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №127
ЛТрухова А.А.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	0,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			415	12,7	16,2	44,1	357	1
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	4
Итого			100	1,5	0,5	21	96	4
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7	1
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,1	6	7,9	105	5,1
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,4	0,5		162	0,6
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,1	8,1		123	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1	1,2	14	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,3	147	10,3
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
	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	0
Итого			790	25,7	13,3	60,7	574	18,1
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14	12,3	12,4	218	16,8
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,4	8,8	35,6	197	5,5
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			550	21,3	23,8	80,6	591	23,3
Всего				61,2	53,8	206,4	1618	46,4

Медицинская сестра

Доброва Н.М

Утверждаю

10 день
МЕНЮ



Заведующий
ГБДОУ №127
/Трухова А.А/

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,9	2,8	21,1	91	2,4
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	6,8	27,9	232	0,5
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	100	2,5	3,5	26,3	146	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
Итого			431	7	9,6	57,4	357	2,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,8	76	3,5
Итого			180	0,9	0,2	17,8	76	3,5
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	1,9
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,7	7,5	13,1	121	5,3
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,8	4,1	9,6	140	0,5
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	40	10	6,7		102	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,8	3,3	18,6	117	0
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
	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			755	24,8	18,9	90,5	629	8,4
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,4		1,1	6	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	16,2	14,3	16,7	262	8,4
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		25	102	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,1	7,6	26,5	181	0
Итого			455	23,1	22,1	82	612	8,7
Всего				55,8	50,8	247,7	1674	23,5

Медицинская сестра _____ Доброва Н.М