

ГБОУ "Детский дом"

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	3,2	4,1	7	62	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,4	2,5	2,8	37	1,9
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	9,4	16,2	1,8	188	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3	13,7	94	0,6
			370	17,6	25,8	25,3	381	2,7
Итого								
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	180					0
			180					0
Итого								
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (С 01,11 ПО 01,06)	60	1,1	5,3	4,6	71	4,2
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	4	5	8,6	94	7,1
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	1,8	7,6	3	93	0,1
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	140	3,1	2,7	20,6	116	9,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	29,3	119	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,3	11,6		0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6		0
			680	14	21,9	91,3	493	21,3
Итого								
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	6,1	9,2	16,6	197	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	0,1		8,2	34	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	14		0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,9	1,6	26,3	135	0,1
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	38
			510	13,9	11,3	72,6	404	38,1
Итого								
Всего				45,5	59	189,2	1278	62,1