

Заведующий
ГБДОУ НАО "Детский сад п. Харута"
Гурьева Е.Г.

Сад 10 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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	9.1	13.8	3.2	174	0.3
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1.2	2.1	2.4	32	1.9
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.2	13.3	84	0.5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2.6	5.1	18	129	0
Итого			400	15.6	23.2	36.9	419	2.7
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1.5	0.5	21	96	10
Итого			100	1.5	0.5	21	96	10
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	2.9	3.2	14.6	100	11.5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	9.7	8.8	16.9	187	9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1	0.1	21.5	92	0.3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.7	0.3	17	82	0
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0.6	3	1.9	38	4.7
Итого			630	16.9	15.4	71.9	499	25.5
Полдник								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	20.8	16.6	28	348	0.3
2008	434	МОЛОКО	180	5.3	5.8	8.6	110	1
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3.7	1.7	25.7	131	0
Итого			380	29.8	24.1	62.3	589	1.3
Всего				63.8	63.2	192.1	1603	39.5

✓ Медицинская сестра *Татар* Канева С.Я.