

Заведующий
МАДОУ "Центр развития ребенка – детский сад № 17/В. Н. Антонс

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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	170	5,8	6,4	22,2	171	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	4,6	3,9	15,4	115	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,5	84	0,5
Итого			410	13,3	12,7	50,1	370	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,5	1,5	1,8	23	1,8
2012	57	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	4,7	5,9	9,8	116	8,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,5	15,7	113	7,4
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30	12,2	8,2	3,2	156	9,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
Итого			690	23,1	20,5	57,9	535	46,7
Полдник								
к/к	к/к	ПАНЖАКАЙ	70	6,9	5,6	31,8	206	1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,6	108	2,6
Итого			270	12,7	10,6	41,4	314	3,6
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ С МАРМЕЛАДОМ	160	21,9	16,5	22	333	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,5	30	0
Итого			400	25,1	16,7	49,6	458	0,2
Всего				74,7	60,6	209,1	1720	53,7

ИИ
8"
ДВ/