

Заведующий  
ГБДОУ 52  
/Рудина Т.Т./

Сад 14 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                   | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                      |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                   | 40       | 4,32              | 5,50    | 9,40             | 82,70                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>САХАРОМ     | 200      | 5,10              | 6,80    | 27,90            | 267,00                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 7,00             | 28,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 426      | 9,42              | 12,30   | 44,30            | 377,70                                   | 0,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№05<br>2          | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                      | 100      | 0,81              | 0,31    | 11,54            | 53,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 100      | 0,81              | 0,31    | 11,54            | 53,00                                    | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                         | 40       | 4,90              | 4,50    | 0,30             | 63,00                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                      | 50       | 2,40              | 9,95    | 3,57             | 114,24                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 5,70              | 7,50    | 13,10            | 109,20                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                        | 70       | 10,19             | 3,92    | 9,11             | 112,99                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ       | 160      | 5,80              | 4,70    | 37,10            | 120,00                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№045              | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                      | 180      | 0,36              | 0,00    | 7,00             | 39,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ  | 25       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                    | 20       | 1,52              | 0,60    | 10,32            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 760      | 32,57             | 31,37   | 91,10            | 661,83                                   | 0,00                  |
| Полдник                       |                     |                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№05<br>4          | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ                 | 180      | 0,60              | 0,24    | 22,00            | 43,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                   | 75       | 5,53              | 10,34   | 36,11            | 195,52                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 255      | 6,13              | 10,58   | 58,11            | 238,52                                   | 0,00                  |
| Ужин                          |                     |                                      |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№015              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                        | 49       | 0,40              | 0,00    | 1,24             | 6,93                                     | 0,00                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                  | 170      | 19,80             | 18,70   | 19,20            | 162,50                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№044              | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                     | 180      | 0,36              | 0,00    | 25,00            | 92,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№016          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ  | 25       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№021          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                    | 25       | 1,90              | 0,75    | 12,90            | 65,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 449      | 24,16             | 19,65   | 68,94            | 377,93                                   | 0,00                  |
| Всего                         |                     |                                      |          | 73,09             | 74,21   | 273,99           | 1 708,98                                 | 0,00                  |