

ГБОУ ДПО «Центр профессионального образования «Санкт-Петербургский институт повышения квалификации работников торговли»

Заведующий
ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4
/Карташова Н.Н./

Ясли 12 часов

Бор- ник эц- еп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,85	4,84	12,88	102,79	0,00
2014			150	4,46	4,90	19,46	140,36	0,41
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	2,86	2,33	10,00	73,06	0,53
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	360	9,17	12,07	42,34	316,21	0,94
того								
II Завтрак								
		ЙОГУРТ	125	3,51	3,13	5,65	70,86	0,88
2008			125	3,51	3,13	5,65	70,86	0,88
того								
Обед								
	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	30	0,52	2,34	3,77	38,21	2,48
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	5,06	2,06	20,61	121,42	2,81
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	50	8,23	8,83	5,47	134,27	1,45
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,68	2,57	10,52	71,85	4,57
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	154	0,75	0,15	15,07	64,17	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,37	0,18	8,80	42,36	0,00
2008			525	17,61	16,13	64,24	472,28	11,31
Итого								
Полдник								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	34	0,27	0,03	0,84	4,69	3,35
2008			40	8,73	4,45	1,22	79,73	0,53
2008	230	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	105	2,04	2,45	13,24	83,75	6,11
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	50	5,40	4,35	30,56	182,90	0,16
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	150	0,36	0,11	12,73	55,00	0,19
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	11	0,71	0,09	4,56	21,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	116	0,93	0,23	8,71	44,15	44,15
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	506	18,44	11,71	71,86	472,18	54,49
Итого				48,73	43,04	184,09	1 331,53	67,62
Всего								