

Утверждаю



Заведующий ГБДОУ №63

ГБДОУ д/с № 63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ

1 ДЕНЬ.

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-во-ды, г		
Завтрак								
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,75 / 18,75	1,40	0,50	9,60	49,10	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,14	8,05	33,94	237,24	0,52
		КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	38,939 / 38,939	4,40	0,50	25,60	124,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,646 / 69,646	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	99,242 / 99,238	2,80	2,40	4,70	52,00	0,50
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,879 / 0,876	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	3,788 / 3,788	0,00	0,00	3,70	14,60	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,313 / 5,313	0,00	5,10	0,00	46,40	0,00
	TK№03 8	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,197 / 0,197	0,00	0,00	0,10	0,50	0,00
		ЛИМОН	5 / 4,562	0,00	0,00	0,10	1,60	0,70
		САХАР ПЕСОК	5,758 / 5,757	0,00	0,00	5,50	22,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,384 / 180,384	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				8,76	8,65	52,76	325,64	1,62
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	157	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
		ЯБЛОКИ	178,361 / 157,011	0,60	0,60	15,40	73,80	25,10
				0,60	0,60	14,80	66,30	7,62
Обед								
	TK№01 7	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
		ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	41,148 / 39,914	0,30	0,00	0,70	5,20	2,00
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	185	18,92	17,51	31,70	193,03	1,32
		КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	87,705 / 85,952	15,10	15,30	0,00	198,50	0,60
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,525 / 8,524	0,00	8,20	0,00	74,30	0,00
		МОРКОВЬ	15,41 / 12,326	0,20	0,00	0,90	4,20	0,20
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,148 / 9,244	0,10	0,00	0,80	3,70	0,40
		КРУПА РИСОВАЯ	52,623 / 52,05	3,50	0,50	37,30	168,10	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,279 / 1,279	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,69	3,98	8,06	82,75	0,92
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ ДО 01 СЕНТЯБРЯ)	40,328 / 32,259	0,60	0,10	5,10	24,10	0,00
		МОРКОВЬ	5,41 / 4,32	0,10	0,00	0,30	1,50	0,10
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,213 / 6,055	0,10	0,00	0,50	2,40	0,20
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,639 / 1,639	0,00	1,60	0,00	14,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,578 / 108,578	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,459 / 0,455	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,115 / 3,11	0,30	0,00	2,10	10,10	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт. / 1,22	0,20	0,10	0,00	1,80	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,678 / 4,678	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,23 / 0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ГОВЯДИНА Б/К	14,59 / 13,283	2,40	2,00	0,00	28,10	0,00
		ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,311 / 0,982	0,00	0,00	0,10	0,50	0,60
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
		ЯБЛОКИ	26,721 / 23,593	0,10	0,10	2,20	10,80	1,50
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	185,82 / 185,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	6,393 / 6,387	0,00	0,00	6,20	24,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24,262 / 24,26	1,60	0,20	10,30	49,50	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,164 / 20,164	1,50	0,60	10,40	52,80	0,00
				26,31	22,41	85,14	482,52	11,76
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,76	5,41	3,41	113,16	0,38
		РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	70,984 / 68,136	10,60	0,40	0,00	45,60	0,30
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,639 / 21,637	0,60	0,50	1,00	11,30	0,10
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,443 / 3,44	0,40	0,00	2,30	11,20	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,1 / 4,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,23 / 0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт. / 9,9	1,30	1,10	0,10	15,00	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,443 / 3,442	0,00	3,30	0,00	30,00	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,05	6,34	20,52	151,92	0,58
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ ДО 01 СЕНТЯБРЯ)	142,459 / 113,969	2,20	0,50	18,00	85,20	0,00
		МОРКОВЬ	30 / 24	0,30	0,00	1,60	8,10	0,50
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,18 / 19,177	0,60	0,50	0,90	10,10	0,10
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,574 / 5,572	0,00	5,40	0,00	48,60	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,361 / 0,355	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24,426 / 24,424	1,60	0,20	10,40	49,80	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	16,393 / 16,393	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165,907 / 165,907	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,28	1,88	17,35	103,55	0,05
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,508 / 19,508	2,00	0,30	13,20	63,20	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,061 / 1,06	0,10	0,00	0,70	3,40	0,00

САХАР ПЕСОК	2,951 / 2,951	0,00	0,00	2,80	11,40	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт. / 3,96	0,50	0,50	0,00	6,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,066 / 6,066	0,20	0,20	0,30	3,20	0,00
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	7,541 / 7,539	1,40	0,70	0,20	12,30	0,00
ДРОЖЖИ	0,492 / 0,492	0,10	0,00	0,00	0,40	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,23 / 0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАНИЛИН	0,03 / 0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт. / 0,61	0,10	0,10	0,00	1,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,303 / 0,3	0,00	0,30	0,00	2,60	0,00
		27,33	15,86	55,39	573,53	15,77

Утверждаю



Заведующий ГБДОУ №63
ГБДОУ д/с № 63 Невского района
/Бурцева Д.С./

МЕНЮ 2 ДЕНЬ.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,53	7,18	10,40	71,78	0,00
		СЫР РОССИЙСКИЙ	11,967 / 10,884	2,50	3,20	0,00	39,60	0,20
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,417 / 20,417	1,50	0,60	10,50	53,50	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
		КРУПА РИСОВАЯ	31,639 / 31,637	2,10	0,30	22,70	102,20	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	69,091 / 69,091	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	99,836 / 99,836	2,80	2,40	4,70	52,30	0,50
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,885 / 0,882	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	3,77 / 3,766	0,00	0,00	3,70	14,60	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,59 / 4,588	0,00	3,70	0,00	33,30	0,00
	ТК№04 0	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,295 / 0,295	0,10	0,00	0,10	0,70	0,00
		САХАР ПЕСОК	5,738 / 5,738	0,00	0,00	5,50	22,20	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90 / 90	2,50	2,20	4,20	47,10	0,50
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62,267 / 62,267	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				11,80	18,08	51,90	353,78	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК	185	0,93	0,19	18,71	79,66	3,70
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	185,246 / 185,246	0,90	0,20	18,70	79,70	3,70
				0,93	0,19	18,71	79,66	4,70
Обед								
	ТК№01 4	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	58	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
		ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	64,754 / 58,271	0,60	0,10	2,20	14,00	14,60
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00	6,80
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	89,508 / 67,133	1,30	0,30	10,60	50,10	5,40
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5,738 / 5,738	0,60	0,10	3,90	18,80	0,00
		МОРКОВЬ	12,787 / 10,228	0,10	0,00	0,70	3,50	0,20
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,033 / 6,697	0,10	0,00	0,50	2,60	0,30
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,803 / 1,8	0,00	1,70	0,00	15,70	0,00

		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126,19 / 126,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,672 / 0,672	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	13,115 / 12,852	2,20	2,30	0,00	29,70	0,10
		ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,311 / 0,99	0,00	0,00	0,10	0,50	0,60
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	190	23,91	8,13	23,54	287,88	16,98
		ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	122,623 / 113,811	19,80	4,10	0,00	140,20	15,00
		КРУПА РИСОВАЯ	27,541 / 27,222	1,80	0,30	19,50	87,90	0,00
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	58,361 / 48,873	0,70	0,10	3,90	19,40	2,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,787 / 2,786	0,00	2,20	0,00	20,20	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт. / 10,56	1,30	1,20	0,10	16,10	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт. / 2,64	0,30	0,30	0,00	4,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,885 / 0,882	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
		ШИПОВНИК СУХОЙ	17,869 / 17,866	0,60	0,30	8,30	49,20	78,60
		САХАР ПЕСОК	8,689 / 8,689	0,00	0,00	8,40	33,70	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,445 / 180,445	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,197 / 18,195	1,20	0,20	7,70	37,10	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,417 / 20,417	1,50	0,60	10,50	53,50	0,00
				31,71	14,42	70,74	594,28	105,48
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	65	7,39	0,41	0,27	128,52	0,80
		РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	56,23 / 53,979	8,30	0,30	0,00	36,10	0,20
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,492 / 20,488	0,60	0,50	1,00	10,80	0,10
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,23 / 13,608	0,20	0,00	1,10	5,40	0,60
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,426 / 4,426	0,00	3,60	0,00	32,10	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,443 / 0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,59	4,42	16,80	114,62	8,64
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	141,148 / 105,856	2,00	0,40	16,80	79,10	8,50
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,328 / 19,547	0,60	0,50	0,90	10,30	0,10
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,262 / 4,262	0,00	3,40	0,00	30,90	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,557 / 0,557	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	TK№04 8	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
		ЯБЛОКИ	41,148 / 37,033	0,10	0,10	3,50	16,90	2,40
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	149,232 / 149,232	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	5,738 / 5,738	0,00	0,00	5,50	22,20	0,00
		ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,197 / 0,197	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,197 / 18,195	1,20	0,20	7,70	37,10	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	5,43	1,70	32,15	165,43	0,10
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	44,426 / 44,426	4,70	0,60	30,20	143,90	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,639 / 1,639	0,20	0,00	1,10	5,30	0,00

ДРОЖИ	0,492 / 0,49	0,10	0,00	0,00	0,40	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,286 / 19,286	0,60	0,50	0,90	10,10	0,10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,557 / 0,557	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,656 / 0,656	0,00	0,70	0,00	5,70	0,00
		16,53	6,77	77,34	527,77	116,42

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ №63

ГБДОУ д/с № 63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ
3 ДЕНЬ.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,46	2,18	16,42	70,69	1,87
		ДЖЕМ	12,951 / 12,946	0,10	0,00	9,40	36,80	5,20
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,787 / 2,786	0,00	2,30	0,00	20,80	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,738 / 15,738	1,20	0,50	8,10	41,20	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,40	2,51	2,79	37,67	2,05
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬКИЙ КОНСЕРВЫ	67,869 / 44,163	1,40	0,10	2,80	17,20	1,80
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,295 / 2,295	0,00	2,20	0,00	20,00	0,00
		ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,656 / 0,49	0,00	0,00	0,00	0,20	0,30
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,32	16,80	2,32	119,20	0,16
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,08 шт. / 83,798	10,30	9,30	0,60	127,70	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	41,639 / 41,638	1,20	1,00	1,90	21,80	0,20
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,098 / 0,098	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,393 / 6,393	0,00	6,20	0,00	55,80	0,00
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,295 / 2,295	0,20	0,00	1,20	5,70	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,59 / 4,59	0,00	0,00	4,50	17,80	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	87,308 / 87,308	2,40	2,10	4,10	45,70	0,40
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,207 / 112,207	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				17,98	23,89	34,23	311,56	4,58
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
		ГРУША	144,762 / 130,259	0,50	0,40	13,40	61,20	6,50
				0,60	0,50	15,50	70,50	7,58
Обед								
	ТК№01 5	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
		ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	44,603 / 43,265	0,30	0,00	1,10	6,10	4,30
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,27	3,77	5,88	63,06	5,91
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ ДО 01 СЕНТЯБРЯ)	25,246 / 20,19	0,40	0,10	3,20	15,00	0,00

		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	32,063 / 25,597	0,50	0,00	1,20	7,00	4,60
		МОРКОВЬ	9,206 / 7,362	0,10	0,00	0,50	2,50	0,20
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,619 / 6,348	0,10	0,00	0,50	2,50	0,20
		ТОМАТ-ПАСТА "ЭКСТРА"	1,639 / 1,639	0,10	0,00	0,30	1,60	0,30
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,016 / 3,013	0,00	2,90	0,00	26,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	137,964 / 137,964	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,476 / 0,476	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,921 / 4,921	0,10	0,70	0,20	7,70	0,00
		ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,311 / 0,99	0,00	0,00	0,10	0,50	0,60
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	55/70	6,76	8,39	11,06	146,10	0,74
		ГОВЯДИНА Б/К	73,016 / 66,441	12,00	10,30	0,00	140,50	0,00
		МОРКОВЬ	26,19 / 20,948	0,30	0,00	1,40	7,10	0,40
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,492 / 11,272	0,20	0,00	0,90	4,50	0,40
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,079 / 5,077	0,00	4,10	0,00	36,90	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,54 / 2,539	0,30	0,00	1,70	8,20	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7 / 46,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,365 / 0,359	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,46	4,22	29,22	180,43	0,00
		КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	52,698 / 52,698	6,40	1,60	29,20	157,40	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	97,165 / 97,165	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,27 / 0,268	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,175 / 3,169	0,00	2,50	0,00	23,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,19 / 0,19	0,00	0,00	0,10	0,50	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	179,959 / 179,959	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ВАРЕНЬЕ	13,651 / 13,651	0,10	0,00	9,80	38,10	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,873 / 15,87	1,10	0,10	6,70	32,40	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	14,444 / 14,44	1,10	0,40	7,40	37,80	0,00
				17,11	17,00	69,76	500,49	16,43
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	12,82	12,90	11,38	251,59	16,01
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	105,079 / 84,105	1,50	0,10	3,90	22,80	15,10
		ГОВЯДИНА Б/К	43,175 / 39,287	7,10	6,10	0,00	83,00	0,00
		КРУПА РИСОВАЯ	10,476 / 10,363	0,70	0,10	7,50	33,50	0,00
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,825 / 14,214	0,20	0,00	1,20	5,60	0,60
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,381 / 2,379	0,00	1,90	0,00	17,30	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт. / 4,472	0,60	0,50	0,00	6,80	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,393 / 6,393	0,20	1,00	0,20	9,90	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,27 / 1,266	0,10	0,00	0,90	4,10	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4 / 18,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ТОМАТ-ПАСТА "ЭКСТРА"	2,063 / 2,061	0,10	0,00	0,40	2,00	0,40
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,175 / 1,173	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
		ЛИМОН	12,857 / 12,853	0,10	0,00	0,40	4,30	2,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195,862 / 195,862	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,286 / 4,285	0,00	0,00	4,20	16,60	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00

<i>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ</i>		<i>26,349 / 26,349</i>	<i>1,70</i>	<i>0,20</i>	<i>11,20</i>	<i>53,70</i>	<i>0,00</i>
ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<i>БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ</i>		<i>14,444 / 14,44</i>	<i>1,10</i>	<i>0,40</i>	<i>7,40</i>	<i>37,80</i>	<i>0,00</i>
ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<i>ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ</i>		<i>100 / 100</i>	<i>2,80</i>	<i>2,50</i>	<i>4,50</i>	<i>56,50</i>	<i>0,70</i>
			18,54	16,11	51,08	463,19	35,04

Утверждаю


 Заведующий ГБДОУ №63
 д/с № 63 Невского района
 /Бурцева Д.С./

МЕНЮ
4 ДЕНЬ.
Сад 12 часов

Сбор-ник 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	3,05	3,85	6,58	58,28	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,259 / 9,259	0,00	7,60	0,10	69,30	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,889 / 18,889	1,40	0,50	9,70	49,50	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
		КРУПА МАННАЯ	28,254 / 28,251	2,80	0,30	19,30	90,10	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,252 / 68,252	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96,349 / 96,349	2,70	2,30	4,50	50,40	0,50
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,857 / 0,853	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	3,333 / 3,333	0,00	0,00	3,20	12,90	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,762 / 4,762	0,00	3,80	0,00	34,50	0,00
	ТК№04 3	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,76	3,17	15,44	105,93	0,59
		КАКАО-ПОРОШОК	2,222 / 2,221	0,50	0,30	0,20	6,20	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,921 / 4,919	0,00	0,00	4,80	19,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	108,73 / 108,73	3,10	2,60	5,00	56,90	0,60
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78 / 78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				12,81	15,02	49,02	367,21	1,09
II Завтрак								
2008	442	СОК	187	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	187,288 / 187,288	0,90	0,20	18,90	80,50	3,70
				0,96	0,24	17,80	78,00	2,53
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,87	6,90	6,39	91,20	1,01
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ ДО 01 СЕНТЯБРЯ)	48,475 / 38,782	0,80	0,20	6,10	29,00	0,00
		ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	10,678 / 8,426	0,10	0,00	0,30	1,60	1,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,949 / 6,949	0,00	6,70	0,00	60,60	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,237 / 0,233	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,87	5,70	7,23	123,69	0,36
		РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	57,966 / 55,652	8,60	0,30	0,00	37,20	0,20
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,475 / 8,47	0,60	0,20	4,30	21,50	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13,559 / 13,558	0,40	0,30	0,70	7,10	0,10
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт. / 4,77	0,60	0,50	0,00	7,30	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,016 / 3,016	0,00	2,40	0,00	21,90	0,00

		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,356 / 0,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,712 / 12,708	0,40	0,30	0,60	6,70	0,10
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,905 / 1,902	0,00	1,60	0,00	13,80	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,542 / 2,537	0,30	0,00	1,70	8,20	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5 / 2,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,095 / 0,095	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,76	6,73	9,16	116,92	5,10
		СВЕКЛА	39,153 / 29,362	0,40	0,00	2,50	11,90	1,20
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	16,61 / 13,305	0,20	0,00	0,60	3,60	2,40
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ ДО 01 СЕНТЯБРЯ)	17,627 / 14,099	0,30	0,10	2,20	10,60	0,00
		МОРКОВЬ	9,492 / 7,599	0,10	0,00	0,50	2,60	0,20
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,051 / 10,937	0,20	0,00	0,90	4,40	0,40
		ТОМАТ-ПАСТА "ЭКСТРА"	5,085 / 5,079	0,20	0,00	1,00	5,00	0,90
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,051 / 3,051	0,00	2,90	0,00	26,60	0,00
		САХАР ПЕСОК	1,356 / 1,356	0,00	0,00	1,40	5,20	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,569 / 110,569	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ГОВЯДИНА Б/К	19,492 / 17,748	3,20	2,70	0,00	37,50	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,102 / 6,102	0,20	0,90	0,20	9,50	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,593 / 0,593	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,00	2,41	9,66	69,44	5,71
		МОРКОВЬ	67,458 / 53,964	0,70	0,10	3,60	18,30	1,10
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	32,034 / 25,627	0,50	0,00	1,20	7,00	4,60
		САХАР ПЕСОК	1,186 / 1,186	0,00	0,00	1,20	4,60	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,746 / 4,746	0,50	0,10	3,20	15,40	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4 / 37,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,593 / 15,592	0,40	2,20	0,50	24,20	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,695 / 0,691	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,22 / 0,217	0,00	0,00	0,10	0,50	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195,131 / 195,131	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	5,254 / 5,252	0,00	0,00	5,00	20,40	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	27,797 / 27,797	1,80	0,20	11,80	56,70	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,424 / 25,42	1,90	0,70	13,10	66,60	0,00
				22,08	22,69	64,34	552,25	14,71
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	23,92	12,30	21,76	294,48	0,21
		ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	130,169 / 128,264	22,40	11,20	3,70	210,30	0,20
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,39 / 1,387	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		КРУПА МАННАЯ	8,983 / 8,979	0,90	0,10	6,10	28,60	0,00
		САХАР ПЕСОК	7,627 / 7,623	0,00	0,00	7,40	29,50	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт. / 3,83	0,50	0,40	0,00	5,80	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,39 / 3,39	0,00	3,30	0,00	29,60	0,00
		СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,593 / 5,589	0,70	0,00	3,30	16,20	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,441 / 6,436	0,20	1,00	0,20	10,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	6,30	4,20	10,29	103,80	1,15

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		221,356 / 220,197	6,20	5,30	10,30	115,30	1,20
	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
МАНДАРИН		123,729 / 95,176	0,80	0,20	7,10	36,20	36,20
ТК№01 8	ПЕЧЕНЬЕ	33	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ		32,542 / 32,542	2,30	3,10	23,50	131,60	0,00
			33,30	19,70	65,55	547,28	16,56

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ №63
ГБДОУ д/с № 63 Невского района
/Бурцева Д.С./**МЕНЮ**
5 ДЕНЬ.**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-во-ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,30	3,90	9,70	92,00	0,00
		СЫР РОССИЙСКИЙ	15,424 / 14,464	3,40	4,30	0,00	52,60	0,20
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,593 / 25,593	1,90	0,70	13,20	67,10	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКА ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
		КРУПА РИСОВАЯ	11,186 / 11,186	0,80	0,10	8,10	36,10	0,00
		ПШЕНО	11,186 / 11,186	1,30	0,30	7,70	38,20	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,473 / 21,473	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	151,864 / 151,864	4,30	3,70	7,10	79,50	0,80
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,424 / 5,422	0,00	4,40	0,00	39,40	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,915 / 4,913	0,00	0,00	4,80	19,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,356 / 0,356	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№04 0	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,305 / 0,305	0,10	0,00	0,10	0,80	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,915 / 4,913	0,00	0,00	4,80	19,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	93,22 / 93,216	2,60	2,20	4,40	48,80	0,50
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,866 / 59,866	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				11,70	16,70	50,10	378,00	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	139	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
		ГРУША	154,737 / 139,235	0,60	0,40	14,30	65,40	7,00
				0,60	0,50	15,50	70,50	4,30
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,71	2,59	1,34	40,72	1,70
		СВЕКЛА	54,386 / 40,798	0,60	0,00	3,50	16,60	1,60
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,035 / 4,032	0,00	3,90	0,00	35,10	0,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	205/20	5,67	5,60	15,05	133,60	0,86
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ ДО 01 СЕНТЯБРЯ)	105,263 / 84,203	1,60	0,30	13,30	62,90	0,00
		МОРКОВЬ	13,509 / 10,796	0,10	0,00	0,70	3,70	0,20
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,596 / 7,186	0,10	0,00	0,60	2,80	0,30
		ТОМАТ-ПАСТА "ЭКСТРА"	1,525 / 1,525	0,10	0,00	0,30	1,60	0,30

		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,105 / 2,105	0,00	2,00	0,00	18,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,053 / 105,053	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,614 / 0,612	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ГОВЯДИНА Б/К	21,579 / 19,634	3,60	3,00	0,00	41,50	0,00
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,203 / 1,8	0,00	0,00	0,10	0,70	0,10
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,052 / 0,052	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт. / 1,36	0,20	0,20	0,00	2,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,088 / 0,084	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	19,03	20,38	28,38	373,11	12,90
		ГОВЯДИНА Б/К	90,877 / 82,696	14,90	12,80	0,00	174,90	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,088 / 5,088	0,00	4,10	0,00	37,00	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,632 / 2,632	0,00	2,50	0,00	23,00	0,00
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	215,088 / 161,308	3,10	0,60	25,50	120,50	12,90
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт. / 2,73	0,30	0,30	0,00	4,20	0,00
		СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,737 / 4,736	0,60	0,00	2,80	13,80	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,281 / 0,281	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	55	1,05	2,10	3,14	39,08	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	15,789 / 15,781	0,40	2,30	0,60	24,40	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,333 / 3,333	0,40	0,00	2,20	10,80	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5 / 37,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,456 / 0,456	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№04 4	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
		СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	19,649 / 18,719	1,00	0,10	9,20	42,10	0,30
		САХАР ПЕСОК	5,088 / 5,084	0,00	0,00	4,90	19,70	0,00
		ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,211 / 0,208	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,789 / 183,789	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,263 / 25,26	1,70	0,20	10,70	51,50	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	26,667 / 26,667	2,00	0,80	13,70	69,90	0,00
				30,40	31,62	78,41	805,51	20,06
Полдник								
	ТК№01 4	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	57	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
		ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	63,684 / 57,313	0,60	0,10	2,20	13,80	14,30
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,35	8,48	29,17	244,30	0,10
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	39,298 / 39,298	4,20	0,50	26,90	128,80	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,695 / 1,691	0,00	1,40	0,00	12,20	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,51 шт. / 20,48	2,50	2,30	0,10	31,20	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,439 / 25,438	0,70	0,60	1,20	13,30	0,10
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,456 / 2,45	0,00	2,30	0,00	21,30	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,864 / 1,86	0,00	1,50	0,00	13,50	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,544 / 0,539	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№03 8	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,211 / 0,208	0,00	0,00	0,10	0,50	0,00
		ЛИМОН	7,458 / 6,806	0,10	0,00	0,20	2,20	1,10
		САХАР ПЕСОК	4,912 / 4,908	0,00	0,00	4,80	19,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,978 / 178,978	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,41	5,88	27,41	201,21	0,06
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	31,93 / 31,93	3,30	0,40	21,60	103,40	0,00
		САХАР ПЕСОК	1,579 / 1,579	0,00	0,00	1,60	6,10	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,579 / 1,579	0,00	1,30	0,00	11,40	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт. / 2,05	0,30	0,20	0,00	3,10	0,00
		ДРОЖЖИ	0,339 / 0,339	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14 / 14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,456 / 0,456	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	29,649 / 29,382	5,10	2,50	0,90	48,20	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,017 / 1,017	0,10	0,00	0,70	3,30	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,053 / 1,05	0,00	0,90	0,00	7,70	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт. / 2,12	0,30	0,20	0,00	3,20	0,00
		САХАР ПЕСОК	2,105 / 2,1	0,00	0,00	2,00	8,10	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,877 / 0,875	0,10	0,00	0,60	2,80	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт. / 1,36	0,20	0,20	0,00	2,00	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,169 / 0,169	0,00	0,20	0,00	1,50	0,00
				15,48	14,46	67,00	493,51	26,32

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ №63
ГБДОУ д/с № 63 Невского района
/Бурцева Д.С./**МЕНЮ**
6 ДЕНЬ.**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,15	1,72	12,93	55,63	1,47
		ДЖЕМ	6,786 / 6,785	0,00	0,00	4,90	19,30	2,70
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,143 / 2,143	0,00	1,80	0,00	16,00	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,536 / 15,535	1,20	0,50	8,00	40,70	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
		ПШЕНО	35,893 / 35,893	4,00	1,00	24,50	122,50	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70,761 / 70,761	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	95,357 / 95,357	2,70	2,30	4,50	50,00	0,50
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,857 / 0,853	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,643 / 4,643	0,00	0,00	4,50	17,90	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,393 / 3,393	0,00	2,70	0,00	24,60	0,00
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,5 / 2,499	0,30	0,00	1,30	6,20	0,00
		САХАР ПЕСОК	7,143 / 7,142	0,00	0,00	6,90	27,60	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	87,6 / 87,6	2,40	2,10	4,10	45,90	0,40
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,159 / 109,159	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК	189	0,94	0,19	19,06	81,13	3,77
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	188,679 / 188,679	0,90	0,20	19,10	81,10	3,80
				0,94	0,19	19,06	81,13	6,24

Обед

	ТК№01 5	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
	ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ		57,037 / 55,319	0,40	0,10	1,40	7,70	5,50
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
	КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)		49,63 / 37,228	0,70	0,10	5,90	27,80	3,00
	ГОРОХ ПУЩЕНЫЙ		12,593 / 12,499	2,80	0,20	5,80	36,30	0,00
	ЛУК РЕПЧАТЫЙ		13,519 / 11,611	0,20	0,00	1,00	4,70	0,50
	МОРКОВЬ		11,667 / 9,336	0,10	0,00	0,60	3,20	0,20
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ		3,889 / 3,885	0,00	3,80	0,00	33,90	0,00
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ		104,61 / 104,61	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		16,667 / 16,667	1,30	0,50	8,30	42,40	0,00
	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,667 / 0,664	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,39	15,90	7,80	159,29	0,20
	РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ		62,407 / 59,911	9,30	0,40	0,00	40,10	0,20
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		12,222 / 12,222	0,90	0,40	6,10	31,00	0,00
	ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)		0,19 шт. / 7,77	1,00	0,90	0,10	11,80	0,00
	МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ		2,222 / 2,22	0,00	1,70	0,00	16,10	0,00
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ		12 / 12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,333 / 0,333	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	1,52	0,18	8,35	41,89	8,45
	МОРКОВЬ		40,755 / 32,605	0,40	0,00	2,10	11,10	0,60
	КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)		40,566 / 30,428	0,60	0,10	4,90	22,70	2,40
	КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ		37,925 / 29,796	0,50	0,00	1,40	8,10	5,40
	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,34 / 0,338	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ		22,075 / 22,075	0,60	0,60	1,10	11,50	0,10
	МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ		1,887 / 1,885	0,00	1,60	0,00	13,70	0,00
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ		2,264 / 2,261	0,20	0,00	1,60	7,40	0,00
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ		21,5 / 21,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,434 / 0,427	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	САХАР ПЕСОК		0,357 / 0,357	0,00	0,00	0,40	1,40	0,00
	ТК№04 2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	185	0,13	0,13	23,81	110,57	1,15
	ЯБЛОКИ		39,259 / 34,639	0,10	0,10	3,30	15,80	2,20
	САХАР ПЕСОК		7,407 / 7,407	0,00	0,00	7,20	28,70	0,00
	КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		9,074 / 9,071	0,00	0,00	6,90	27,50	0,00
	ЛИМОННАЯ КИСЛОТА		0,193 / 0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ		177,4 / 177,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		26,667 / 26,667	1,80	0,20	11,30	54,40	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		25,556 / 25,556	1,90	0,70	13,10	67,00	0,00
				17,62	21,66	84,76	582,75	21,14
Полдник								

2012	282	КОТЛета МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	75	13,47	13,57	10,99	112,05	0,00
		ГОВЯДИНА Б/К	74,074 / 67,405	12,10	10,50	0,00	142,50	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,778 / 12,778	1,00	0,40	6,40	32,50	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7 / 16,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,407 / 7,407	1,00	0,00	4,50	21,40	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,481 / 1,481	0,00	1,20	0,00	10,80	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,796 / 0,791	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	170	3,22	2,77	21,74	110,13	10,20
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	159,245 / 119,435	2,30	0,50	18,90	89,20	9,60
		МОРКОВЬ	41,132 / 32,905	0,40	0,00	2,20	11,20	0,60
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20 / 18,761	0,50	0,50	0,90	9,80	0,10
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,075 / 2,075	0,00	1,60	0,00	15,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,566 / 0,566	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,111 / 16,11	1,10	0,10	6,80	32,90	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	45	3,62	6,77	23,64	98,18	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	32,407 / 32,402	3,40	0,40	21,90	105,00	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,296 / 1,295	0,10	0,00	0,90	4,20	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,63 / 4,625	0,00	0,00	4,50	17,90	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,741 / 0,74	0,00	0,60	0,00	5,30	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,404 / 1,4	0,00	1,40	0,00	12,20	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт. / 1,41	0,20	0,20	0,00	2,10	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,63 / 0,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ДРОЖЖИ	0,175 / 0,175	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6 / 15,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,351 / 0,35	0,00	0,30	0,00	3,00	0,00
	ТК№02 2	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	18,519 / 18,519	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	163,781 / 163,781	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
		ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100 / 100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,70
				30,35	27,84	74,98	581,76	34,64



Утверждаю

Заведующий ГБДОУ №63

д/с № 63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ 7 ДЕНЬ.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,70	7,52	10,90	75,21	0,00
		<i>СЫР РОССИЙСКИЙ</i>	<i>12,407 / 11,276</i>	<i>2,60</i>	<i>3,30</i>	<i>0,00</i>	<i>41,00</i>	<i>0,20</i>
		<i>БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ</i>	<i>21,5 / 21,5</i>	<i>1,60</i>	<i>0,60</i>	<i>11,10</i>	<i>56,30</i>	<i>0,00</i>
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
		<i>КРУПА МАННАЯ</i>	<i>26,852 / 26,852</i>	<i>2,70</i>	<i>0,30</i>	<i>18,40</i>	<i>85,70</i>	<i>0,00</i>
		<i>ВОДА ПИТЬЕВАЯ</i>	<i>68,062 / 68,062</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>
		<i>МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ</i>	<i>97,037 / 97,034</i>	<i>2,70</i>	<i>2,30</i>	<i>4,60</i>	<i>50,80</i>	<i>0,50</i>
		<i>СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ</i>	<i>0,778 / 0,778</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>
		<i>САХАР ПЕСОК</i>	<i>4,074 / 4,074</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>4,00</i>	<i>15,80</i>	<i>0,00</i>
		<i>МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ</i>	<i>5 / 5</i>	<i>0,00</i>	<i>4,00</i>	<i>0,00</i>	<i>36,30</i>	<i>0,00</i>
	ТК№04 0	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
		<i>ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ</i>	<i>0,296 / 0,296</i>	<i>0,10</i>	<i>0,00</i>	<i>0,10</i>	<i>0,70</i>	<i>0,00</i>
		<i>САХАР ПЕСОК</i>	<i>6,296 / 6,296</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>6,10</i>	<i>24,30</i>	<i>0,00</i>
		<i>МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ</i>	<i>91,111 / 91,111</i>	<i>2,50</i>	<i>2,20</i>	<i>4,30</i>	<i>47,70</i>	<i>0,50</i>
		<i>ВОДА ПИТЬЕВАЯ</i>	<i>60,597 / 60,597</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>
				12,90	18,32	51,50	355,21	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК	173	0,87	0,17	17,51	74,53	3,47
		<i>СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА</i>	<i>173,333 / 173,333</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>17,50</i>	<i>74,50</i>	<i>3,50</i>
				0,87	0,17	17,51	74,53	4,47
Обед								
	ТК№01 5	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
		<i>ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ</i>	<i>48,421 / 46,957</i>	<i>0,40</i>	<i>0,00</i>	<i>1,20</i>	<i>6,60</i>	<i>4,70</i>
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90	6,60
		<i>КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)</i>	<i>87,368 / 65,523</i>	<i>1,30</i>	<i>0,30</i>	<i>10,40</i>	<i>49,00</i>	<i>5,20</i>
		<i>МОРКОВЬ</i>	<i>7,368 / 5,889</i>	<i>0,10</i>	<i>0,00</i>	<i>0,40</i>	<i>2,00</i>	<i>0,10</i>
		<i>ЛУК РЕПЧАТЫЙ</i>	<i>7,018 / 5,886</i>	<i>0,10</i>	<i>0,00</i>	<i>0,50</i>	<i>2,30</i>	<i>0,20</i>
		<i>МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ</i>	<i>1,667 / 1,666</i>	<i>0,00</i>	<i>1,60</i>	<i>0,00</i>	<i>14,60</i>	<i>0,00</i>
		<i>ВОДА ПИТЬЕВАЯ</i>	<i>115,476 / 115,476</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>
		<i>КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ</i>	<i>13,509 / 13,231</i>	<i>2,30</i>	<i>2,30</i>	<i>0,00</i>	<i>30,60</i>	<i>0,10</i>

		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,737 / 4,737	0,10	0,70	0,20	7,40	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,474 / 0,474	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,228 / 0,918	0,00	0,00	0,10	0,40	0,60
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	15,00	6,56	6,02	144,60	10,79
		ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	85,439 / 70,356	12,20	2,50	0,00	86,70	9,30
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,123 / 7,611	0,10	0,00	0,60	3,00	0,30
		МОРКОВЬ	12,632 / 10,1	0,10	0,00	0,70	3,40	0,20
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	10 / 7,494	0,10	0,00	1,20	5,60	0,60
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,561 / 4,561	0,00	3,70	0,00	33,10	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт. / 8,2	1,00	0,90	0,10	12,50	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,667 / 1,667	0,00	1,40	0,00	12,10	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,737 / 0,737	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	145	2,32	6,35	12,90	118,76	9,04
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	60 / 45,004	0,90	0,20	7,10	33,70	3,60
		МОРКОВЬ	19,123 / 15,298	0,20	0,00	1,10	5,20	0,30
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,509 / 11,353	0,20	0,00	0,90	4,60	0,40
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	32,456 / 25,96	0,50	0,00	1,20	7,10	4,70
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,614 / 5,614	0,00	4,50	0,00	40,70	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,333 / 3,329	0,40	0,00	2,20	10,80	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9 / 33,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10,877 / 10,877	0,30	1,60	0,40	16,90	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,474 / 0,474	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,10	0,07	28,66	112,68	0,27
		ВАРЕНЬЕ	22,632 / 22,627	0,10	0,10	16,30	63,20	0,30
		САХАР ПЕСОК	8,519 / 8,516	0,00	0,00	8,20	33,00	0,00
		КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	5,439 / 5,439	0,00	0,00	4,20	16,50	0,00
		ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,298 / 0,298	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	191 / 191	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	34,211 / 34,21	2,30	0,30	14,50	69,80	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,088 / 25,088	1,90	0,70	12,90	65,70	0,00
				27,72	18,37	90,48	670,04	33,17
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95	17,00	8,64	15,46	212,21	0,19
		ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	90,526 / 89,191	15,60	7,80	2,60	146,20	0,20
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,825 / 0,825	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		КРУПА МАННАЯ	5,789 / 5,789	0,60	0,10	4,00	18,40	0,00
		САХАР ПЕСОК	7,037 / 7,037	0,00	0,00	6,80	27,30	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт. / 2,98	0,40	0,30	0,00	4,60	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,158 / 3,156	0,00	3,10	0,00	27,50	0,00
		СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,86 / 3,855	0,50	0,00	2,30	11,20	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,86 / 3,855	0,10	0,60	0,10	6,00	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,91	2,32	6,57	39,39	0,10
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,088 / 25,088	0,70	0,60	1,20	13,10	0,10
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,105 / 2,104	0,00	1,60	0,00	15,20	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,105 / 2,104	0,20	0,00	1,50	6,80	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25 / 25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,259 / 4,255	0,00	0,00	4,10	16,50	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,386 / 0,382	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ВАНИЛИН	0 / 0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,89	1,10

МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ			210,702 / 209,601	5,90	5,00	9,80	109,80	1,10
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	94	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
МАНДАРИН			121,93 / 93,792	0,80	0,20	7,00	35,60	35,60
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,35	7,03	28,50	130,63	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ			36,842 / 36,842	3,90	0,50	25,00	119,40	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ			2,037 / 2,037	0,20	0,00	1,40	6,60	0,00
САХАР ПЕСОК			7,037 / 7,037	0,00	0,00	6,80	27,30	0,00
САХАР ПЕСОК			1,93 / 1,93	0,00	0,00	1,80	7,50	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ			8,596 / 8,596	0,00	6,90	0,10	62,40	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,02 шт. / 0,75	0,10	0,10	0,00	1,20	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ			0,386 / 0,382	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ			1,111 / 1,11	0,10	0,00	0,00	0,90	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			17,1 / 17,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ			0,556 / 0,556	0,00	0,60	0,00	4,90	0,00
				29,06	22,19	67,83	519,12	49,76

Утверждаю



Заведующий ГБДОУ №63
ГБДОУ д/с № 63 Невского района
/Бурцева Д.С./

МЕНЮ 8 ДЕНЬ.

Сад 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10 / 10	0,10	8,30	0,10	74,80	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,929 / 18,929	1,40	0,50	9,70	49,60	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	35	1,11	1,99	2,21	29,85	1,62
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КАНСЕРВЫ	53,333 / 34,704	1,10	0,10	2,20	13,50	1,40
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,93 / 1,93	0,00	1,80	0,00	16,90	0,00
		ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,702 / 0,52	0,00	0,00	0,00	0,30	0,30
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,17	16,59	2,29	117,71	0,16
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,04 шт. / 81,912	10,10	9,10	0,60	124,70	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	43,333 / 43,331	1,30	1,10	2,00	22,70	0,20
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,123 / 0,123	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,614 / 5,612	0,00	5,40	0,00	49,00	0,00
	ТК№04 3	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
		КАКАО-ПОРОШОК	2,456 / 2,456	0,60	0,40	0,30	6,90	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,386 / 4,386	0,00	0,00	4,30	17,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	111,053 / 111,052	3,10	2,70	5,10	58,20	0,60
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78 / 78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				20,19	25,72	26,82	314,08	2,38
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	129	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
		ГРУША	143,818 / 129,415	0,50	0,40	13,30	60,80	6,50
				0,60	0,50	15,50	70,50	5,38
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	0,40	0,05	3,67	38,51	1,40
		МОРКОВЬ	29,464 / 23,571	0,30	0,00	1,60	8,00	0,50
		ЯБЛОКИ	25,536 / 22,472	0,10	0,10	2,10	10,30	1,40
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,964 / 1,964	0,00	1,90	0,00	17,20	0,00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/6	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40

		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	67,679 / 50,76	1,00	0,20	8,10	37,90	4,10
		КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,214 / 3,116	0,30	0,00	2,00	9,50	0,00
		МОРКОВЬ	7,5 / 6,003	0,10	0,00	0,40	2,00	0,10
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,107 / 3,387	0,00	0,00	0,30	1,40	0,10
		ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	11,071 / 10,743	0,10	0,00	0,20	1,40	0,20
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,679 / 2,677	0,00	2,60	0,00	23,40	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,632 / 132,632	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,679 / 0,679	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ГОВЯДИНА Б/К	10,714 / 9,753	1,70	1,60	0,00	20,70	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,893 / 5,893	0,10	0,90	0,20	9,10	0,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,66	2,66	10,53	116,16	0,48
		КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	49,464 / 48,475	8,50	8,60	0,00	111,90	0,40
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,321 / 12,321	0,90	0,40	6,10	31,30	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,75 / 18,746	0,50	0,50	0,90	9,80	0,10
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,807 / 2,807	0,00	2,20	0,00	20,40	0,00
		СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6,842 / 6,842	0,90	0,00	4,10	19,80	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,393 / 3,388	0,00	3,30	0,00	29,60	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,268 / 0,266	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	130	2,15	5,01	13,96	109,01	5,91
		СВЕКЛА	195 / 146,244	2,10	0,10	12,50	59,60	5,80
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,964 / 6,958	0,00	5,50	0,10	50,40	0,00
		САХАР ПЕСОК	1,25 / 1,25	0,00	0,00	1,20	4,90	0,00
	ТК№04 5	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
		ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	12,5 / 12,5	0,30	0,10	8,00	34,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	4,286 / 4,285	0,00	0,00	4,20	16,60	0,00
		ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,193 / 0,19	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190,825 / 190,825	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23,929 / 23,929	1,60	0,20	10,10	48,80	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24,286 / 24,286	1,80	0,70	12,50	63,60	0,00
				24,69	13,17	62,66	647,68	17,57
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,73 шт. / 29,469	3,60	3,30	0,20	44,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,93	2,24	8,78	63,86	3,73
		МОРКОВЬ	60,357 / 48,281	0,60	0,00	3,20	16,40	1,00
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	13,929 / 9,03	0,30	0,00	0,60	3,50	0,40
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	16,607 / 13,286	0,20	0,00	0,60	3,60	2,40
		САХАР ПЕСОК	0,893 / 0,893	0,00	0,00	0,90	3,50	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,464 / 4,464	0,50	0,10	3,00	14,50	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4 / 37,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	14,464 / 14,464	0,40	2,10	0,50	22,40	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,661 / 0,661	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	24,107 / 24,107	1,60	0,20	10,20	49,20	0,00
	ТК№01 8	ПЕЧЕНЬЕ	47	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00

ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ			47,143 / 47,143	3,40	4,50	34,00	190,70	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ			0,193 / 0,19	0,00	0,00	0,10	0,50	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			185,039 / 185,039	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ			8,571 / 8,571	0,00	0,00	6,20	24,00	0,10
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ			100 / 100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,70
				15,22	14,48	75,58	489,36	21,80



МЕНЮ 9 ДЕНЬ.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10,536 / 10,536	0,10	8,70	0,10	78,80	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,357 / 20,357	1,50	0,60	10,50	53,30	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
		ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30,536 / 30,533	3,70	1,80	18,30	104,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,694 / 64,694	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	104,643 / 104,639	2,90	2,50	4,90	54,80	0,60
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,929 / 0,926	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	3,929 / 3,929	0,00	0,00	3,80	15,20	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,179 / 5,179	0,00	4,20	0,00	37,50	0,00
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,321 / 2,32	0,20	0,00	1,20	5,70	0,00
		САХАР ПЕСОК	5,893 / 5,892	0,00	0,00	5,70	22,80	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92,414 / 92,414	2,60	2,20	4,30	48,40	0,50
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105,774 / 105,774	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				12,84	16,32	44,31	358,86	1,00
II Завтрак								
	ТК№02 0	БАНАН СВЕЖИЙ	93	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
		БАНАН	132,593 / 92,783	1,40	0,50	19,50	89,10	9,30
				1,50	0,50	21,00	96,00	5,02
Обед								
	ТК№01 7	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	57	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
		ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	58,889 / 57,126	0,50	0,10	1,00	7,40	2,90
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	126,00	5,10
		СВЕКЛА	27,963 / 20,972	0,30	0,00	1,70	8,50	0,80
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	19,074 / 15,29	0,30	0,00	0,70	4,20	2,80
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	17,222 / 12,906	0,30	0,10	2,00	9,60	1,00
		МОРКОВЬ	8,148 / 6,517	0,10	0,00	0,40	2,20	0,10

		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,741 / 8,991	0,10	0,00	0,70	3,60	0,40
		ТОМАТ-ПАСТА "ЭКСТРА"	4,815 / 4,815	0,20	0,00	0,90	4,80	0,90
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,519 / 3,51	0,00	3,40	0,00	30,70	0,00
		САХАР ПЕСОК	1,429 / 1,429	0,00	0,00	1,40	5,50	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,445 / 127,445	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ГОВЯДИНА Б/К	14,63 / 13,314	2,40	2,00	0,00	28,10	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,074 / 4,074	0,10	0,60	0,10	6,30	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,537 / 0,537	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,84	0,50	0,00	166,57	0,61
		РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	106,296 / 102,044	15,80	0,60	0,00	68,30	0,40
		МОРКОВЬ	3,333 / 2,667	0,00	0,00	0,20	0,90	0,00
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,037 / 4,691	0,10	0,00	0,40	1,80	0,20
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,96	1,15	14,16	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,074 / 4,074	0,10	0,60	0,10	6,30	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,429 / 1,429	0,20	0,00	1,00	4,70	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15 / 15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,196 / 0,196	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,36	5,25	22,38	154,45	10,82
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ (ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	177,037 / 132,772	2,60	0,50	21,00	99,10	10,60
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25,556 / 24,49	0,70	0,60	1,20	12,80	0,10
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,37 / 5,37	0,00	4,30	0,00	39,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,333 / 0,326	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№03 8	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,196 / 0,196	0,00	0,00	0,10	0,50	0,00
		ЛИМОН	7,407 / 6,76	0,10	0,00	0,20	2,20	1,10
		САХАР ПЕСОК	6,111 / 6,105	0,00	0,00	5,90	23,70	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,839 / 177,839	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22,963 / 22,96	1,50	0,20	9,70	46,80	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	21,111 / 21,11	1,60	0,60	10,90	55,30	0,00
				27,79	15,81	64,15	607,08	23,65
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,63	15,63	13,94	207,59	19,54
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ	147,963 / 118,37	2,00	0,10	5,40	32,10	21,30
		ГОВЯДИНА Б/К	55,37 / 50,393	9,10	7,90	0,00	106,60	0,00
		КРУПА РИСОВАЯ	8,333 / 8,233	0,60	0,10	5,90	26,60	0,00
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,963 / 19,3	0,30	0,00	1,60	7,70	0,80
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,222 / 2,214	0,00	1,70	0,00	16,10	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт. / 5,03	0,60	0,60	0,00	7,70	0,00
		СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,444 / 4,444	0,10	0,70	0,20	6,90	0,00
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,607 / 1,607	0,20	0,00	1,10	5,20	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6 / 16,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ТОМАТ-ПАСТА "ЭКСТРА"	1,964 / 1,96	0,10	0,00	0,40	1,90	0,40
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,296 / 1,292	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№04 7	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
		ГРУША	40 / 36	0,10	0,10	3,60	16,40	0,70
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,182 / 150,182	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	5,818 / 5,818	0,00	0,00	5,60	22,50	0,00
		ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2 / 0,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1 / 1	0,20	0,00	0,40	2,40	0,00

	ВОДА ПИТЬЕВАЯ		190,8 / 190,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	САХАР ПЕСОК		10 / 10	0,00	0,00	9,70	38,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		13,889 / 13,889	0,90	0,10	5,90	28,30	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	80	3,67	9,44	38,07	210,79	5,87
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ		38,889 / 38,889	4,10	0,50	26,40	126,00	0,00
	САХАР ПЕСОК		2,778 / 2,775	0,00	0,00	2,70	10,80	0,00
	МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ		1,071 / 1,07	0,00	0,90	0,00	7,80	0,00
	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,648 / 0,645	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ДРОЖЖИ		0,357 / 0,357	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ		17,4 / 17,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ		1,852 / 1,852	0,20	0,00	1,30	6,00	0,00
	КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 СОРТ		46,111 / 36,883	0,70	0,00	1,60	10,00	6,60
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ		2,037 / 2,035	0,00	1,90	0,00	17,80	0,00
	ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)		0,05 шт. / 2,16	0,30	0,20	0,00	3,30	0,00
	ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)		0,357 / 0,27	0,00	0,00	0,00	0,10	0,20
	СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		0,537 / 0,537	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	104	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
	ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ		103,704 / 103,704	2,90	2,60	4,70	58,60	0,70
				23,22	27,81	84,61	594,08	50,06

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ №63
ГБДОУ д/с № 63 Невского района
/Бурцева Д.С./**МЕНЮ**
10 ДЕНЬ.**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,63	2,41	18,15	78,00	2,06
		ДЖЕМ	11,111 / 11,111	0,10	0,00	8,10	31,60	4,40
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,815 / 4,815	0,00	4,00	0,00	36,00	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН. МУКА ВЫСШ. СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	18,621 / 18,621	1,40	0,50	9,60	48,80	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
		КРУПА РИСОВАЯ	23,519 / 23,519	1,60	0,20	16,90	76,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,984 / 73,984	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102,593 / 102,593	2,90	2,50	4,80	53,70	0,50
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1 / 1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	3,889 / 3,889	0,00	0,00	3,80	15,00	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,815 / 4,815	0,00	3,90	0,00	34,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,204 / 0,2	0,00	0,00	0,10	0,50	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,474 / 194,474	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		САХАР ПЕСОК	5,926 / 5,926	0,00	0,00	5,70	22,90	0,00
				6,73	9,21	54,45	344,00	2,56
II Завтрак								
2008	442	СОК	181	0,91	0,18	18,32	77,99	3,63
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРЯМОГО ОТЖИМА	181,373 / 181,373	0,90	0,20	18,30	78,00	3,60
				0,91	0,18	18,32	77,99	6,19
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,78	2,85	3,92	44,74	1,86
		СВЕКЛА	59,804 / 44,853	0,70	0,00	3,80	18,20	1,80
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,314 / 4,313	0,00	4,20	0,00	37,60	0,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)	88,431 / 66,323	1,30	0,30	10,50	49,60	5,30
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,118 / 11,77	0,20	0,00	1,00	4,70	0,50
		ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,941 / 12,561	0,10	0,00	0,20	1,60	0,20
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,882 / 5,879	0,00	5,70	0,00	51,30	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	134,038 / 134,038	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,667 / 0,667	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ГОВЯДИНА Б/К	20,196 / 18,38	3,30	2,80	0,00	38,90	0,00

СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ				5,882 / 5,882	0,10	0,90	0,20	9,10	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	9,76	3,75	8,73	126,96	0,47	
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ				42,157 / 41,314	7,30	7,40	0,00	95,40	0,30
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)				0,29 шт. / 11,84	1,50	1,40	0,10	18,00	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ				15,49 / 15,49	0,40	0,40	0,70	8,10	0,10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ				2,407 / 2,404	0,00	1,90	0,00	17,50	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ				2,745 / 2,745	0,30	0,00	1,80	8,90	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ				2,9 / 2,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ				0,196 / 0,196	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,08	3,47	19,78	124,20	0,00	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ				51,176 / 51,172	5,40	0,70	35,00	167,80	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ				1,294 / 1,294	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ				1,765 / 1,764	0,00	1,50	0,00	12,80	0,00
	ТК№04 7	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70	
ГРУША				42,353 / 38,118	0,20	0,10	3,80	17,40	0,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ				147,598 / 147,598	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК				6,275 / 6,275	0,00	0,00	6,10	24,30	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА				0,216 / 0,209	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ				24,314 / 24,31	1,60	0,20	10,30	49,60	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ				24,314 / 24,31	1,80	0,70	12,50	63,70	0,00
				24,02	18,64	90,75	622,30	14,52	
Полдник									
	ТК№01 5	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60	
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ				49,608 / 48,107	0,40	0,00	1,20	6,70	4,80
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	19,77	18,64	19,09	244,35	9,72	
ГОВЯДИНА БК				107,647 / 97,95	17,70	15,20	0,00	207,10	0,00
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ(ПОСТУПАЮЩИЙ В ПРОДАЖУ С 01 СЕНТЯБРЯ)				150,588 / 112,937	2,20	0,50	17,80	84,40	9,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ				15,49 / 13,138	0,20	0,00	1,10	5,20	0,50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ				1,765 / 1,764	0,00	1,50	0,00	12,80	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ				0,784 / 0,774	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№04 4	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30	
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)				20 / 19,05	1,00	0,10	9,40	42,90	0,30
САХАР ПЕСОК				6,471 / 6,471	0,00	0,00	6,30	25,00	0,00
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА				0,216 / 0,209	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ				182,07 / 182,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ				28,824 / 28,82	1,90	0,30	12,20	58,80	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,91	7,31	25,55	174,41	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ				36,275 / 36,275	3,80	0,50	24,60	117,60	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ				1,481 / 1,48	0,20	0,00	1,00	4,80	0,00
САХАР ПЕСОК				3,922 / 3,917	0,00	0,00	3,80	15,10	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ				1,111 / 1,11	0,00	0,90	0,00	8,10	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ				2,157 / 2,157	0,00	2,10	0,00	18,80	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)				0,04 шт. / 1,49	0,20	0,20	0,00	2,20	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ				0,745 / 0,745	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ				0,185 / 0,185	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6 / 15,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,588 / 0,585	0,00	0,60	0,00	5,10	0,00
		26,38	26,19	83,36	587,56	26,14