

СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДАЮ: Мед.сестра Герберт С.М. "26" 06 2021 г. Неделя:2 День: 4

СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДАЮ: Мед.сестра Герберт С.М. "26" 06 2021 г. Неделя:2 День: 4

МЕНЮ №8 «Белоснежка» 26 июня 2021г. Ясли (1-3 года)

МЕНЮ №8 «Белоснежка» 26 июня 2021г. Ясли (3-7 лет)

| Наименование блюда                                                                          | Выход |       | Химический состав |          | Энерг. ценность |       | N рецептуры                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------------------|----------|-----------------|-------|-----------------------------------------------------|
|                                                                                             | гр.   | гр.   | Белки гр.         | Жиры гр. | Углеводы гр.    | ккал. |                                                     |
| 1                                                                                           | 2     | 3     | 4                 | 5        | 6               | 7     |                                                     |
| Завтрак                                                                                     |       |       |                   |          |                 |       |                                                     |
| Каша вязкая ("Геркулес") с сахаром (крупа геркулес, молоко, масло слив., вода, сахар, соль) | 150   | 4,2   | 10,95             | 27       | 145,5           |       | Т-80302 сб/для ПОП "Хлебобулочные" 2004г.           |
| Повидло, джем, варенье (порциями)                                                           | 10    | 0,04  | 0                 | 6,5      | 26,2            |       | Т-80486 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2017г. |
| Хлеб пшеничный                                                                              | 30    | 2,37  | 0,3               | 14,49    | 70,14           |       | Т-80487 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2017г. |
| Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) (кофейный напиток, молоко, сахар, вода)            | 160   | 1,12  | 1,28              | 13,88    | 71,46           |       | Т-80259 Пермский сборник 2001г (часть 2)            |
| Итого                                                                                       | 350   | 7,73  | 12,53             | 61,87    | 313,3           |       |                                                     |
| Второй завтрак                                                                              |       |       |                   |          |                 |       |                                                     |
| Плоды или ягоды свежие (виноград)                                                           | 95    | 0,57  | 0,57              | 14,6     | 72              |       | Т-80486 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2021   |
| Итого                                                                                       | 95    | 0,57  | 0,57              | 14,6     | 72              |       |                                                     |
| Обед                                                                                        |       |       |                   |          |                 |       |                                                     |
| Салат из свежих овощей с сыром и чесноком (свежая, сыр, чеснок, раст.масло)                 | 30    | 1,4   | 2,82              | 2,16     | 39,57           |       | Т-80480 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2017г. |
| Рассольник "Домашний" (картофель, консервы, капуста, морковь, реп.лук, раст.масло, соль)    | 150   | 1,5   | 3,04              | 5,51     | 55,35           |       | Т-80481 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2021г. |
| Плов по-узбекски (говядина, вода, рис, морковь, реп.лук, раст.масло)                        | 130   | 9,36  | 12,35             | 29,51    | 271,7           |       | Т-80444 сб/для ПОП "Хлебобулочные" 2004г.           |
| Компот из свежих плодов или ягод (яблоки, вода, груша, сахар, кис.лимонная)                 | 150   | 0,07  | 0,07              | 8,32     | 34,5            |       | Т-80486 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2021   |
| Хлеб ржано-пшеничный                                                                        | 40    | 2,24  | 0,44              | 19,76    | 91,96           |       | Т-80487 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2017г. |
| Итого                                                                                       | 500   | 14,57 | 18,72             | 65,26    | 493,08          |       |                                                     |
| "Уплотненный" полдник с включением блюд ужина                                               |       |       |                   |          |                 |       |                                                     |
| Овощи натуральные свежие (помидоры)                                                         | 30    | 0,33  | 0,06              | 1,14     | 6,6             |       | Т-80487 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2017г. |
| Омлет натуральный (яйца, молоко, раст.масло, соль, слив.масло)                              | 130   | 11,2  | 17                | 2,8      | 208             |       | Т-80486 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2021г. |
| Компот из плодов или ягод сушеных (яблоко, вода, сахар)                                     | 150   | 0,45  | 0                 | 18,45    | 99              |       | Т-80480 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2017г. |
| Хлеб пшеничный                                                                              | 30    | 2,37  | 0,3               | 14,49    | 70,14           |       | Т-80487 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2017г. |
| Яблоки печеные                                                                              | 80    | 0,32  | 0,2               | 16       | 67,2            |       | Т-80486 сб/б сост А.Я.Перешков 4-е изд Перм. 2021   |
| Итого                                                                                       | 420   | 14,67 | 17,56             | 52,88    | 450,94          |       |                                                     |
| Всего                                                                                       | 1365  | 37,54 | 49,38             | 194,61   | 1329,32         |       |                                                     |
| Составил Шеф-повар                                                                          |       |       |                   |          |                 |       | Мустафаева А.Вк                                     |

Составил Шеф-повар Мустафаева А.Вк