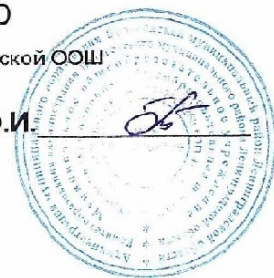


УТВЕРЖДАЮ

Директор Торосовской ООШ

Поплавская О.И.



МЕНЮ

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ	200	6	7,3	23,6	184	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	4,2	16,1	122	0,9
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	1,9	4,8	12,9	103	0
Итого			430	13	16,3	52,6	409	1,7
II Завтрак								
2008		БАНАН	125	1,9	0,6	26,3	120	12,5
Итого			125	1,9	0,6	26,3	120	12,5
Обед								
2008	92	СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	200	8,4	4,8	15,2	142	5,3
2008	181	РИС ОТВАРНОЙ	130	3	2,8	32	166	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	11,9	7,3	2,2	141	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	60	1,2	2,7	6,4	56	1,9
Итого			698	27	17,9	81,6	622	16,5
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	23,9	16,5	30,8	371	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
Итого			375	25,9	17,2	50,7	465	0,6
Всего				67,8	52	211,2	1616	31,3

медсестра

Handwritten signature

Шопперт Лариса Викторовна

повар

Handwritten signature

Пузикова ЕВ, Трандина НА