

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 28 "Надежда"

Е.С. Вознова

ЯСЛИ

на

03 июля 2025г

сборник рецептур	№ техн. Карты	наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	
		ЗАВТРАК					
2012	237	Запеканка из творога	100	16,675	13,591	13,69	247,035
2012	361(383)	Соус сладкий	50	0,022	0	4,92	18,76
2012	397	Какао с молоком	180	2,624	2,748	9,876	75,553
2012	1	Хлеб пшеничный (батон) с маслом	20/8	1,54	4,205	10,35	85,45
		итого	305	20,861	20,544	38,83	426,798
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	Фрукт свежий (Яблоко)	133	0,5	0,5	12,25	58,75
		итого	133	0,5	0,5	12,25	58,75
		ОБЕД					
2012	74	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)	150/10	5,45	6,17	12,91	130,067
2012	133	Картофель тушёный	110	3,022	4,65	19,82	131,561
2012	284	Тефтели из печени с рисом	50	19,699	7,893	20,78	237,652
2012	376	Кисель из сока натурального	100	0,33	0,015	15,84	65,88
2012		Хлеб ржано - пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2
		итого	550	31,141	19,208	85,2	644,36
		ПОЛДНИК					
2012	401	Кисломолочный продукт (кефир)	198	5,8	6,4	8	118
2012		Хлеб пшеничный (батон)	20	1,5	0,58	10,28	52,4
		итого	218	7,3	6,98	18,28	170,4
		УЖИН					
2012	168	Каша ячневая молочная с маслом	150/4	4,352	5,72	9,424	153,00
2012	213	Яйцо вареное порционное	20	2,540	2,300	0,140	31,400
2012	391	Чай с сахаром	180	0,1	0	6,198	25,18
2012	2	Бутерброд с повидлом	35/4	2,665	1,015	24,990	94,200
		итого	319	9,657	9,035	40,75	303,78
		ВСЕГО	1525	69,459	56,267	195,3	1604,088