

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 28 "Надежда"
Е.С. Вознова

САД

на

03 июля 2025г

сборник рецептур	№ техн. Карты	наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				белки, г	жиры, г	углевод ы, г	
		ЗАВТРАК					
2012	237	Запеканка из творога	120	23,700	15,794	16,383	307,180
2012	3)	Соус сладкий	50	0,042	0,000	8,840	31,260
2012	397	Какао с молоком	180	3,845	4,065	12,779	104,265
2012	1	Хлеб пшеничный (батон) с маслом	30/10	3,080	8,410	20,690	170,900
		итого	400	30,667	28,269	58,692	613,605
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	Фрукт свежий (яблоко)	165	0,548	0,548	13,426	64,39
		итого	165	0,548	0,548	13,426	64,39
		ОБЕД					
2012	74	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)	200	4,837	6,205	19,090	152,771
2012	133	Картофель тушёный	120	3,195	0,579	23,977	113,876
2012	284	Тефтели из печени с рисом	80	24,482	10,462	22,349	286,456
2012	376	Кисель из сока натурального	180	0,504	0,100	20,760	87,702
2012		Хлеб ржано - пшеничный	50	3,300	0,600	19,800	99,000
		итого	630	36,318	17,946	106,0	739,805
		ПОЛДНИК					
2012	401	Кисломолочный продукт (кефир)	206	6,090	6,720	8,400	123,900
2012		Хлеб пшеничный (батон)	25	1,875	0,725	12,850	65,500
		итого	231	7,965	7,445	21,250	189,400
		УЖИН					
2012	168	Каша ячневая молочная с маслом	200	6,528	8,580	13,138	225,510
2012	213	Яйцо вареное порционное	20	2,540	2,300	0,140	31,400
2012	391	Чай с сахаром	180	0,120	0,000	7,238	29,418
2012	2	Бутерброд с повидлом	40/8	3,040	1,160	27,560	107,300
		итого	450	12,228	12,04	48,076	393,628
		ВСЕГО	1876	87,726	66,248	247,42	2000,828