

Заведующий МБДОУ "Детский сад №28 "Надежда"

САД

на **10 июля 2025г**

УТВЕРЖДАЮ

Е.С. Вознова

Сборн ик рецеп	№ техн.	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг етиче ская ценно сть
				белки,г	жиры,г	углеводы	
		ЗАВТРАК					
2012	168	Каша геркулесовая молочная вязкая с	150	6,603	9,74	26,158	219,610
2012	395	Кофейный напиток с молоком	180	3,484	3,850	12,63	100,070
2012	1	Хлеб пшеничный (батон) с маслом	35/5	2,665	4,640	18,055	124,750
		итого	400	12,752	18,230	56,843	444,430
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,548	0,548	13,426	64,390
		итого	150	0,548	0,548	13,426	64,390
		ОБЕД					
2012	63	Борщ с картофелем и сметаной	200	6,595	6,322	21,295	169,871
2012	204	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,54	4,275	35,315	202,050
2012	255	Печень по строгановски	70	24,283	13,94	16,276	289,466
2012	376	Компот из сухофруктов	130	0,308	0,014	8,26	63,350
2012		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,300	0,600	19,800	99,000
		итого	600	40,026	25,149	100,946	823,737
		ПОЛДНИК					
2012	401	Кисломолочный продукт (ряженка)	154	4,350	4,800	6,000	88,500
2012	466	Сдоба обыкновенная	100	10,638	12,35	56,618	380,180
2012	20	Салат из белокачанной капусты	60	1,384	2,086	8,010	57,390
		итого	314	16,372	19,234	70,628	526,070
		УЖИН					
2012	321	Картофельное пюре	130	4,19	5,765	24,42	167
2012	255	Биточек рыбный запечённый	80	20,513	5,984	22,958	176,39
2012	33	Салат из свеклы	60	0,9	2,058	5,28	43,180
2012	393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,156	0,004	7,358	30,778
2012		Хлеб пшеничный (батон)	40	2,250	0,870	15,420	78,600
		итого	490	28,009	14,68	75,436	495,948
		ВСЕГО	1954,0	97,707	77,842	317,279	2354,575