

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 28 "Надежда"
В.А. Кузнецова

САД

на **29 июля 2025г**

сборник рецептур	№ техн. карт	Наименование блюд	выход	Химический состав			энергетическая ценность
				белки,г	жиры,г	углевод ы,г	
		ЗАВТРАК					
2012	168	<i>Каша гречневая молочная вязкая с маслом</i>	180	8,568	9,51	33,548	254,81
2012	397	<i>Какао с молоком</i>	180	3,845	4,065	12,779	104,265
2012	1	<i>Хлеб пшеничный (батон) с маслом</i>	35/5	2,665	4,64	18,055	124,75
		ИТОГО	400	15,078	18,22	64,382	483,825
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	<i>Фрукт свежий (груша)</i>	28	0,24	0,18	6,18	28,2
2012	399	<i>Сок фруктовый</i>	100	0,50	0,10	10,10	43,0
		ИТОГО	128	0,74	0,28	16,28	71,2
		ОБЕД					
2012	62	<i>Борщ со сметаной и мясом</i>	200	5,44	6,127	19,795	157,871
2012	274	<i>Мясо тушёное с овощами</i>	150	15,925	27,19	19,21	389,387
2012	382	<i>Кисель из натурального сока</i>	200	0,504	0,10	20,76	87,702
2012		<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	50	3,30	0,60	19,80	99,0
		ИТОГО	600	25,169	34,01	79,565	733,96
		ПОЛДНИК					
2012	401	<i>Кисломолочный продукт (кефир)</i>	211	6,09	6,72	8,4	123,9
2012	241	<i>Хлеб пшеничный (батон)</i>	25	2,25	0,87	15,42	78,6
		ИТОГО	236	8,34	7,59	23,82	202,5
		УЖИН					
2012	241	<i>Зразы из творога с изюмом</i>	160	28,638	16,53	51,529	474,81
2012	361(38 3)	<i>Соус сладкий</i>	50	0,042	0	8,840	31,26
2012	393	<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	200	0,120	0	7,238	29,418
2012		<i>Хлеб пшеничный (батон)</i>	20	1,500	0,580	10,28	52,40
2012	213	<i>Яйцо отварное</i>	20	2,159	1,955	0,119	26,69
		ИТОГО	450	32,46	19,1	78,006	614,578
		ВСЕГО	1814	81,79	79,2	262,1	2106,063