

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 28 "Надежда"

САД

В.А.Кузнецова

на

31 июля 2025г

сборник рецептур	№ техн. Карты	наименование блюда	Выход *	Химический состав			Энергетическая ценность
				белки,г	жиры,г	углевод ы,г	
		ЗАВТРАК					
2012	237	<i>Запеканка из творога</i>	150	23,700	15,794	16,383	307,180
2012	3)	<i>Соус сладкий</i>	50	0,042	0,000	8,840	31,260
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>	30/6	3,080	8,410	20,690	170,900
		итого	400	30,667	28,269	58,692	613,605
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	<i>Фрукт свежий (яблоко)</i>	140	0,548	0,548	13,426	64,39
		итого	140	0,548	0,548	13,426	64,39
		ОБЕД					
2012	74	<i>Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)</i>	200	4,837	6,205	19,090	152,771
2012	133	<i>Картофель тушёный</i>	120	3,195	0,579	23,977	113,876
2012	284	<i>Тефтели из печени с рисом</i>	80	24,482	10,462	22,349	286,456
2012	376	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	0,504	0,100	20,760	87,702
2012		<i>Хлеб ржано - пшеничный</i>	50	3,300	0,600	19,800	99,000
		итого	630	36,318	17,946	106,0	739,805
		ПОЛДНИК					
2012	401	<i>кисломолочный продукт (кефир)</i>	229	6,090	6,720	8,400	123,900
2012		<i>Хлеб пшеничный (батон)</i>	25	1,875	0,725	12,850	65,500
		итого	254	7,965	7,445	21,25	189,4
		УЖИН					
2012	168	<i>каша ячневая молочная с маслом</i>	200	6,528	8,580	13,138	225,510
2012	213	<i>Яицо вареное порционное</i>	20	2,540	2,300	0,140	31,400
2012	391,4	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,120	0,000	7,238	29,418
2012	2	<i>Бутерброд с повидлом</i>	40/8	3,040	1,160	27,560	107,300
		итого	450	12,228	12,04	48,076	393,628
		ВСЕГО	1874	87,726	66,248	247,42	2000,828