

УТВЕРЖДАЮ

110 Заведующий МБДОУ "Детский сад №28 "Надежда"

САД

В. А. Кузнецова

на 25 июня 2025г

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
		ЗАВТРАК					
2012	168	Каша перловая молочная с маслом	190	7,248	13,625	32,478	282,610
2012	395	Кофейный напиток с молоком	180	3,484	3,850	12,63	100,070
2012	1	Хлеб пшеничный (батон) с маслом	25/5	1,915	4,35	12,915	98,550
		итого	400	12,647	21,825	58,023	481,230
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	Фрукты свежие	166	0,544	0,544	13,328	63,920
		итого	166	0,544	0,544	13,328	63,920
		ОБЕД					
2012	77	Суп картофельный	200	4,307	6,19	16,865	141,121
2012	298	Голубцы ленивые	170	17,025	28,153	15,878	386,672
2012	354	Соус сметанный	50	0,999	1,765	4,158	36,930
2012	382	Кисель из натурального сока	180	0,504	0,1	20,76	87,702
2012		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,300	0,600	19,800	99,000
		итого	650	26,135	36,808	77,461	751,425
		ПОЛДНИК					
2012	400	кисл. продукт (кефир)	210	6,090	6,720	8,400	123,900
2012		Сухарик	25	1,891	3,174	12,876	87,710
		итого	235	7,981	9,894	21,276	211,610
		УЖИН					
2012	237	Запеканка из творога	120	23,7	15,794	16,383	307,180
2012	361(383)	Соус сладкий	50	0,042	0,0	8,840	31,260
2012	391;392	Чай с сахаром	200	0,120	0,0	7,238	29,418
2012		Хлеб пшеничный (батон)	30	2,250	0,870	15,42	78,600
2012	40	Салат из моркови с яблоком	50	0,684	2,106	7,776	53,800
		итого	450	26,796	18,77	55,657	500,258
		ВСЕГО	1901	74,103	87,841	225,745	2008,443