

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад №28 "Надежда"

Е.С. Вознова

на 09 июля 2025г

ЯСЛИ

Сборник рецептов	№ техн. Карты	Наименование блюда	выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
		ЗАВТРАК					
2012	168	Каша перловая молочная с маслом	150/4/4	5,443	10,39	22,815	207,450
2012	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,903	3,209	10,691	84,059
2012	1	Хлеб пшеничный (батон) с маслом	15/5	1,165	4,06	7,775	72,350
		итого	334	9,51	17,66	41,281	363,86
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	Фрукты свежие (яблоко)	133	0,360	0,270	9,270	42,300
		итого	133	0,360	0,270	9,270	42,300
		ОБЕД					
2012	77	Суп картофельный	150/10	3,793	4,779	14,637	117,354
2012	298	Голубцы ленивые	130	15,079	29,19	15,495	386,690
2012	354	Соус сметанный	30	0,918	1,465	4,041	33,36
2012	376	Компот из сухофруктов	150	0,503	0,1	18,426	78,704
2012		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2
		итого	520	22,933	36,01	68,439	695,31
		ПОЛДНИК					
2012	400	кисл.продукт(кефир)	198	5,8	6,4	8	118
2012		Сухарик	20	1,516	3,029	10,306	74,61
		итого	218	7,316	9,429	18,306	192,61
		УЖИН					
2012	237	Запеканка из творога	100	16,757	12,36	14,537	239,63
2012	361(383)	Соус сладкий	30	0,022	0	5,59	17,195
2012	391;392	Чай с сахаром	180	0,10	0	6,198	25,18
2012		Хлеб пшеничный (батон)	25	1,88	0,725	12,85	65,5
2012	40	Салат из моркови с яблоком	50	0,62	1,09	6,208	38,010
		итого	385	19,374	14,18	45,383	385,52
		ВСЕГО		59,494	77,55	182,68	1679,59