

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

ЯСЛИ

на 22 июля 2025г

сбор ник	№ тех. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
				белки,г	жиры,г	углевод ы,г	
		ЗАВТРАК					
2012	168	Каша манная вязкая на молоке с маслом	150	1,992	6,3	22,864	169
2012	397	Какао с молоком	180	3,204	3,388	10,816	87,553
2012		Хлеб пшеничный с маслом сливочным	20/5.	0,84	0,99	23,19	106,2
		итога	347	9,036	10,68	56,87	362,75
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	Фрукт свежий (яблоко)	30	0,24	0,06	2,25	11,4
2012	399	Сок фруктовый	100	0,500	0,100	10,100	43,000
		итога	130	0,74	0,16	12,35	54,4
		ОБЕД					
2012	72	Щи-по уральски (с крупой)	150	4,01	4,898	16,337	129,099
2012	321	Картофельное пюре	110	3,45	5,355	20,283	143,675
2012	282	Шницель мясной рубленый	50	12,46	23,3	6,99	287,58
2012	382	Кисель из натурального сока	150	0,503	0,1	18,426	78,704
2012		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2
		итога	526	23,063	34,13	77,876	718,26
		ПОЛДНИК					
2012	401	Кисломолочный продукт (КЕФИР)	198	5,8	6,4	8	118
2012		Хлеб пшеничный (батон)	20	1,5	0,58	10,28	52,4
		итога	218	7,3	6,98	18,28	170,4
		УЖИН					
2012	249	Рыба запечённая в омлете	140	14,13	14,11	6,13	207,53
2012	36	Салат из свеклы с соленым огурцом	50	0,856	2,062	4,558	40,491
2012	393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,136	0,004	6,318	26,54
2012		Хлеб пшеничный (батон)	25	2,25	0,87	15,42	78,6
		итога	358	17,372	17,04	32,426	353,16
		ВСЕГО	1579	57,511	69,0	197,8	1658,97