

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 28 "Надежда"

В.А.Кузнецова

ЯСЛИ

на

31 июля 2025г

сборник рецептур	№ техн. Карты	наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети ческая ценность
				белки,г	жиры,г	углево ды,г	
		ЗАВТРАК					
2012	237	<i>Запеканка из творога</i>	100	16,675	13,591	13,69	247,035
2012	361(38 3)	<i>Соус сладкий</i>	50	0,022	0	4,92	18,76
2012	397	<i>Какао с молоком</i>	180	2,624	2,748	9,876	75,553
2012	1	<i>Хлеб пшеничный (батон) с маслом</i>	20/8	1,54	4,205	10,35	85,45
		итого	305	20,861	20,544	38,83	426,798
		2 ЗАВТРАК					
2012	368	<i>Фрукт свежий (Яблоко)</i>	133	0,5	0,5	12,25	58,75
		итого	133	0,5	0,5	12,25	58,75
		ОБЕД					
2012	74	<i>Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)</i>	150/10	5,45	6,17	12,91	130,067
2012	133	<i>Картофель тушёный Тефтели из печени с рисом</i>	110	3,022	4,65	19,82	131,561
2012	284	<i>Кисель из сока натурального</i>	50	19,699	7,893	20,78	237,652
2012	376	<i>Хлеб ржано - пшеничный</i>	100	0,33	0,015	15,84	65,88
2012		<i>итого</i>	40	2,64	0,48	15,84	79,2
		итого	550	31,141	19,208	85,2	644,36
		ПОЛДНИК					
2012	401	<i>Кисломолочный продукт (кефир)</i>	198	5,8	6,4	8	118
2012		<i>Хлеб пшеничный (батон)</i>	20	1,5	0,58	10,28	52,4
		итого	218	7,3	6,98	18,28	170,4
		УЖИН					
2012	168	<i>Каша ячневая молочная с маслом</i>	150/4	4,352	5,72	9,424	153,00
2012	213	<i>Яйцо вареное порционное</i>	20	2,540	2,300	0,140	31,400
2012	391	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,1	0	6,198	25,18
2012	2	<i>Бутерброд с повидлом</i>	35/4	2,665	1,015	24,990	94,200
		итого	319	9,657	9,035	40,75	303,78
		ВСЕГО	1525	69,459	56,267	195,3	1604,088