

ЯСЛИ

на

30 июня 2025г

сборник рецептур	№ техн. Карты	Наименование блюд	выход	Химический состав			энергетическая ценность
				белки,г	жиры,г	углевод ы,г	
		ЗАВТРАК					
2012	206	Макароны отварные с маслом и сыром тертым	100/5/15	8,53	9,98	24,74	224,15
2012	393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,136	0,004	6,318	26,54
2012		Печенье с маслом	11./5	1,52	5,505	14,67	114,45
		ИТОГО	329	10,19	15,489	45,72	365,14
		2 ЗАВТРАК					
2012	399	Сок фруктовый в асортименте	100	0,75	0,15	15,15	64,5
		ИТОГО	100	0,75	0,15	15,15	64,5
		ОБЕД					
2012	81	Суп картофель с бобовыми (горох) на мясном бульоне с гренками	150/10	8,818	4,448	36,12	187,999
2012	276	Жаркое по домашнему с мясом	120	13,36	26,864	200,2	376,465
2012	376	Компот из сухофруктов (изюм)	120	0,308	0,014	8,26	59,36
2012	213	Яйцо вареное порционное	20	2,54	2,3	0,14	31,4
2012		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,20
		ИТОГО	500	27,66	34,106	260,5	734,424
		ПОЛДНИК					
2012	401	Кисломолочный продукт (кефир)	196	5,8	6,4	8	118
2012	2	Бутерброд с повидлом	20/5.	0,766	0,29	7,94	28,70
		ИТОГО	196	6,566	6,69	15,94	146,7
		УЖИН					
2012	45	Винегрет овощной	140	3,434	5,412	22,37	152,808
2012	255	Биточек рыбный запеченный	60	17,71	5,699	20,25	150,721
2012	395	Кофейный напиток черный	170	0	0,009	5,991	24,059
2012		Хлеб пшеничный (батон)	20	2,25	0,87	15,42	78,60
		ИТОГО	390	23,4	11,99	64,03	406,188
		Всего	1515	68,56	68,425	401,4	1716,95