



Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,13	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,78	6	23,18	174,8
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
1 508,02	Какао с молоком	150	3,07	3	12,79	88,3
Итого за Завтрак		350	13,04	12,87	48,47	377,6
Обед						
1 021,21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,14	4	8,21	74,7
1 216	Макаронник с мясом птицы	170	19,92	9	33,69	293,8
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
1547,01	Напиток из шиповника	150	0,6	0	14,93	61,58
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
Итого за Обед		550	26,99	17	85,21	587,78
Полдник						
1069	Суфле из рыбы	50	9,24	2,14	3,87	80,86
995,14	Пюре "Розовое"	130	2,83	4,37	19,09	127,4
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	40,35
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,67	11,1	54,8
Итого за Полдник		350	14,21	7,18	46,06	303,41
Итого за день		1250	54,24	37,05	179,74	1268,79

Технолог:



Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,13	Каша (рис, гречка, пшено) молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,93	8	27,81	209,7
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
693	Батон	30	1,5	0,87	12,5	78,2
1 508,02	Какао с молоком	180	3,68	4	15,35	105,9
Итого за Завтрак		400	14,8	15,87	55,66	430,1
Обед						
1 021,21	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,37	5	9,85	89,6
1 216	Макаронник с мясом птицы	170	19,92	9	33,69	293,8
600,01	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7
1547,01	Напиток из шиповника	180	0,72	0	17,91	73,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,67	11,1	54,8
Итого за Обед		600	26,27	17,67	84,27	587,6
Полдник						
1069	Суфле из рыбы	70	12,93	3	5,42	113,2
995,14	Пюре "Розовое"	130	2,83	4,37	19,09	127,4
14 539,27	Чай с сахаром	200	0	0	16	53,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,67	11,1	54,8
Итого за Полдник		420	17,9	8,04	51,61	349,2
Итого за день		1420	58,97	41,58	191,54	1366,9

Технолог: