

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



### Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,12	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,16	6	21,08	157
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	150	3,15	3	10,2	82,2
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>350</b>	<b>13,25</b>	<b>13</b>	<b>46,7</b>	<b>354,1</b>
<b>Обед</b>						
139,21	Суп картофельный с бобовыми	150	3,53	3	12,89	100
1 565	Тефтели мясные	80	5,38	11	7,51	153,6
990	Рис припущенный с овощами	110	2,6	6	24,97	165,7
1 547,01	Напиток из шиповника	150	0,6		14,93	61,6
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>540</b>	<b>17,02</b>	<b>22</b>	<b>86,66</b>	<b>614,9</b>
<b>Полдник</b>						
1 107	Биточек рыбный	60	7,95	6	9,54	120,7
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>340</b>	<b>12,48</b>	<b>11</b>	<b>48,8</b>	<b>331,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1230</b>	<b>42,75</b>	<b>46</b>	<b>182,16</b>	<b>1300,2</b>

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



### Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
<b>Завтрак</b>						
1 111,12	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	4	12,24	98,6
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>14,91</b>	<b>15</b>	<b>52,96</b>	<b>401,8</b>
<b>Обед</b>						
139,21	Суп картофельный с бобовыми	180	4,23	4	15,47	120
1 565	Тефтели мясные	90	6,05	13	8,44	172,8
990	Рис припущенный с овощами	130	3,07	7	29,51	195,8
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	73,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>630</b>	<b>18,98</b>	<b>26</b>	<b>97,69</b>	<b>696,5</b>
<b>Полдник</b>						
1 107	Биточек рыбный	75	9,94	7	11,92	150,9
995	Пюре картофельное	130	2,82	4	19,09	127,4
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>405</b>	<b>14,9</b>	<b>12</b>	<b>56,51</b>	<b>390,5</b>