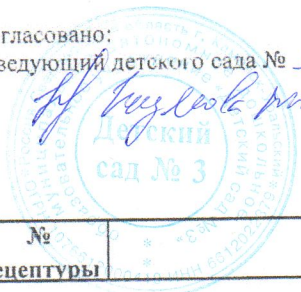


Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



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



| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|

### Завтрак

|                  |                                                |     |       |    |       |       |
|------------------|------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 111,09         | Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 180 | 6,19  | 7  | 25,3  | 188,3 |
| 349,01           | Яйцо отварное шт                               | 40  | 4,8   | 4  | 0,28  | 62,8  |
| 1 512            | Чай с молоком и сахаром                        | 180 | 2,88  | 4  | 12,06 | 101,1 |
| 1 585            | Батон                                          | 30  | 2,25  | 1  | 15,42 | 78,6  |
| Итого за Завтрак |                                                | 430 | 16,12 | 16 | 53,06 | 430,8 |

### Обед

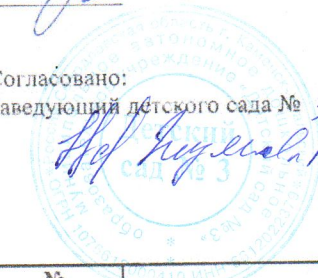
|               |                              |     |       |      |       |        |
|---------------|------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| 1 015         | Суп-лапша на курином бульоне | 200 | 4,38  | 4,4  | 12,2  | 110    |
| 1071          | Рагу из птицы                | 170 | 15,24 | 7    | 16,4  | 208,3  |
| 928,1         | Напиток из смеси сухофруктов | 180 | 0,28  | 0    | 19,73 | 82,39  |
| 897           | Хлеб пшеничный               | 30  | 3,21  | 1    | 16,66 | 82,2   |
| 1 148         | Хлеб ржаной                  | 20  | 1,7   | 1    | 9,7   | 51,8   |
| Итого за Обед |                              | 600 | 24,81 | 13,4 | 74,69 | 534,69 |

### Полдник

|                  |                                                       |      |       |      |        |         |
|------------------|-------------------------------------------------------|------|-------|------|--------|---------|
| 518              | Картофель отварной                                    | 100  | 0,3   | 2    | 2,43   | 143,2   |
| 1 107            | Биточек рыбный                                        | 60   | 7,95  | 6    | 9,54   | 120,7   |
| 1 798            | Кисель с витаминами "Витощка" для детей дошкольного и | 180  |       |      | 21,6   | 85,5    |
| 897              | Хлеб пшеничный                                        | 20   | 2,14  | 1    | 11,1   | 54,8    |
| Итого за Полдник |                                                       | 360  | 10,39 | 9    | 44,67  | 404,2   |
| Итого за день    |                                                       | 1390 | 51,32 | 38,4 | 172,42 | 1369,69 |

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 3



## Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб



| № рецептуры | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
|-------------|--------------------|---------|---------|--------|------------|---------|

### Завтрак

|                  |                                                |     |       |    |       |       |
|------------------|------------------------------------------------|-----|-------|----|-------|-------|
| 1 111,09         | Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | 5,16  | 6  | 21,08 | 157   |
| 349,01           | Яйцо отварное шт                               | 40  | 4,8   | 4  | 0,28  | 62,8  |
| 1 512            | Чай с молоком и сахаром                        | 150 | 2,4   | 4  | 10,05 | 84,2  |
| 1 585            | Батон                                          | 30  | 2,25  | 1  | 15,42 | 78,6  |
| Итого за Завтрак |                                                | 370 | 14,61 | 15 | 46,83 | 382,6 |

### Обед

|               |                              |     |       |    |       |        |
|---------------|------------------------------|-----|-------|----|-------|--------|
| 1 015         | Суп-лапша на курином бульоне | 150 | 3,29  | 4  | 9,18  | 82,5   |
| 1071          | Рагу из птицы                | 170 | 15,24 | 7  | 16,4  | 208,3  |
| 928,1         | Напиток из смеси сухофруктов | 150 | 0,23  | 0  | 16,44 | 68,66  |
| 897           | Хлеб пшеничный               | 30  | 3,21  | 1  | 16,66 | 82,2   |
| 1 148         | Хлеб ржаной                  | 20  | 1,7   | 1  | 9,7   | 51,8   |
| Итого за Обед |                              | 520 | 23,67 | 13 | 68,38 | 493,46 |

### Полдник

|                  |                    |      |       |    |        |         |
|------------------|--------------------|------|-------|----|--------|---------|
| 518              | Картофель отварной | 100  | 0,3   | 2  | 2,43   | 143,2   |
| 1 107            | Биточек рыбный     | 60   | 7,95  | 6  | 9,54   | 120,7   |
| 699,01           | Напиток из сока    | 150  |       |    | 15,89  | 63,7    |
| 897              | Хлеб пшеничный     | 20   | 2,14  | 1  | 11,1   | 54,8    |
| Итого за Полдник |                    | 330  | 10,39 | 9  | 38,96  | 382,4   |
| Итого за день    |                    | 1220 | 48,67 | 37 | 154,17 | 1258,46 |

Технолог: