

Согласовано:
Заведующий детским садом № 3



Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,16	6	21,08	157
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 577	Кисломолочный продукт	150	4,35	4	6	79,5
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		350	11,8	11	49	340,1
Обед						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	150	3,77	2	10,57	79,1
1 572	Голубцы ленивые из птицы	160	11,89	8	17,06	184,4
699,01	Напиток из сока	150			15,89	63,7
897	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,66	82,2
1 148	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6
Итого за Обед		530	22,27	12	79,58	513
Полдник						
891	Омлет запеченный или паровой	110	10,35	10	3,59	167,9
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
Итого за Полдник		320	14,35	12	40,53	353
Итого за день		1200	48,42	35	169,11	1206,1

Технолог:



Согласовано:
Заведующий детским садом № 3



Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал
Завтрак						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 577	Кисломолочный продукт	180	5,22	5	7,2	95,4
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		400	13,7	13	54,42	387,3
Обед						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые из птицы	210	15,61	10	22,39	242,1
699,01	Напиток из сока	180			19,06	76,4
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		620	25,04	15	80,49	547,4
Полдник						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	10	3,26	152,6
819,02	Горошек зеленый отварной	30	0,89	2	11,87	25
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	11,1	54,8
Итого за Полдник		390	17,11	15	65,57	427
Итого за день		1410	55,85	43	200,48	1361,7

Технолог: