

Согласовано

и.о. директора
МОУ НШД/С №13 "Улыбка"

и.о. директора Юдина Татьяна Аркадьевна/

11 мая 2023 г.

3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
	37	КАША КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ	200/5	2,8	6,9	7,9	102
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,5	18,8	133
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60
Итого				9,7	18,9	42,2	375
II Завтрак							
2008		ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				0,4	0,4	9,8	47
Обед							
2008		ОВОЩИ ПОРЦИОННО	30	0,3	0,1	1,1	7
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	13	22,8	17,5	157
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80/50	20,7	55,2	3,8	140
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,2	6,2	35,4	224
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	22,9	94
Итого				43,7	84,7	89,2	663
Полдник							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	5,5	7,7	97
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	1,8	1,4	22,5	110
Итого				6,7	6,9	30,2	207
Всего				60,5	110,9	171,4	1292


 Кулезнёва Светлана Юрьевна

