

Согласовано



и.о. директора
 МОУ НШД/С №13"Улыбка"

и.о. директора Юдина Татьяна Аркадьевна/

3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	5	7,5	21,2	168
		ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,7	50
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60
Итого				7,3	15	49,4	358
II Завтрак							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
Итого				1	0,2	20,2	92
Обед							
2008		ОВОЩИ ПОРЦИОННО	20	0,2		0,5	3
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ ОТВАРНОЙ	250/15	2,8	2,8	20,5	116
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	7,9	19,9	3,2	55
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	6	36,5	209
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
Итого				15,8	28,9	91	510
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				30,8	51	190,8	1167


 Кулезнёва Светлана Юрьевна

