

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							
2015	182	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150/5	3,5	5,5	19,2	138
2004	694	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,2	5,1	21,1	147
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	80
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого				13,4	22,8	55,8	476
II Завтрак							
2008		ФРУКТЫ	200	3	1	42	192
Итого				3	1	42	192
Обед							
2004		ОВОЩИ ПОРЦИОННО	35	0,3		0,9	5
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	9,3	13,6	17,5	143
2004	139	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	16,6	44	7,2	160
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	31,8	187
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		20,1	82
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого				33,7	62,6	90,2	638
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				56,8	93,3	218,2	1513


Кулезнёва Светлана Юрьевна

