

Согласовано



и.о. директора  
МОУ НШД/С №13"Улыбка"

/и.о. директора Юдина Татьяна Аркадьевна/

3-7 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36
<b>Итого</b>				<b>9,6</b>	<b>11,4</b>	<b>49,3</b>	<b>334</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>92</b>
<b>Обед</b>							
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	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	6	36,5	209
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	7,9	19,9	3,2	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41
<b>Итого</b>				<b>15,8</b>	<b>28,9</b>	<b>91</b>	<b>510</b>
<b>Полдник</b>							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,9	5,5	7,7	97
2008		кондитерские изделия	30	1,8	1,4	22,5	110
<b>Итого</b>				<b>6,7</b>	<b>6,9</b>	<b>30,2</b>	<b>207</b>
<b>Всего</b>				<b>33,1</b>	<b>47,4</b>	<b>190,7</b>	<b>1143</b>

  
Кулезнёва Светлана Юрьевна

