

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения

Коваль Т.Е.

на

29 апреля 2025г.

ЯСЛИ

сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюд	выход	Химический состав			энергетическая ценность
				белки, г	жиры, г	углевод	
ЗАВТРАК							
2012	185	<i>Каша геркулесовая молочная</i>	150	5.14	8.2	19.44	173.4
2012	395	<i>Кофейный напиток</i>	180	3.601	2.08	12.035	83.81
2012	2	<i>Батон</i>	25	1.9	0.8	12.5	65
2012		<i>Масло сливочное</i>	5	0.1	4.2	0.1	38
		итого	360	10.741	15.28	44.075	360.21
2 ЗАВТРАК							
2012		<i>Сок</i>	100	0	0	12	48
		итого	100	0.00	0.00	12.00	48.00
ОБЕД							
2012	76	<i>Рассольник ленинградский</i>	180	3.2	4.4	9.6	90
2012	204	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	90	3.2	4.4	20.6	135
2012	286	<i>Тефтели мясные со сметанным соусом</i>	70/30	13.002	14.405	13.9	236
2012	3	<i>Хлеб ржаной</i>	40	2.6	0.5	15.8	79.0
2012	376	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	180	0.198	0	11.82	47.5
		итого	595	22.2	23.705	71.72	587.52
ПОЛДНИК							
2012		<i>Кефир</i>	150	6	6	7.05	132
2012	2	<i>Батон</i>	25	1.5	0.6	10	52
		<i>Груша</i>	95	0.38	0	8.55	32.3
		итого	270	7.88	6.6	25.6	216.3
УЖИН							
2012	33	<i>Салат из свеклы</i>	50	0.774	2.9	3.542	44.04
2012	79	<i>Растегай с рыбой</i>	150	18.66	9.175	39.365	314.4
2012	392	<i>Чай с сахаром</i>	180	0.1	0	7	29
2012	2	<i>Батон</i>	20	1.5	0.6	10	52
		итого	400	21.034	12.675	59.907	439.44
		всего		61.855	58.26	213.302	1651.47