

УТВЕРЖДАЮ
Руководителя учреждения
на 07 мая 2025 г. Коваль Т.Е.

сборник рецептов		№ техн. Карты	Наименование блюд	выход	Химический состав			энергетическая ценность
белки,г жиры,г углеводы,г								
ЗАВТРАК								
2012	185		Каша пшеничная жидкая молочная	150	4.819	6.885	22.07	166.5
2012	395		Кофейный напиток с молоком	180	3.601	2.58	12.035	83.81
2012	2		Батон	25	1.925	0.6	13.35	63.5
2012	6		Масло сливочное	5	0.03	4.125	0.045	37.4
			итого	360	10.375	14.19	47.5	351.28
2 ЗАВТРАК								
2012			Сок	100	0	0	12	48
			итого	100	0.00	0.00	12.00	48.00
ОБЕД								
2012	121		Суп картофельный	180	2.046	2.636	16.4865	94.415
2012	3.24		Голубцы ленивые со сметаной	180	14.371	14.14	14.542	242.09
2012	3		Хлеб ржаной	40	1.88	0.28	19.92	85.6
2012	376		Компот из сушеных фруктов	180	0.198	0	11.82	47.5
			итого	580	18.495	17.06	62.7685	469.63
ПОЛДНИК								
2012			Кефир	150	4.35	3.75	6	75
2012	2		Батон	25	1.925	0.6	13.35	63.5
			Яблоки	95	0.38	0	8.55	32.3
			итого	270	6.655	4.35	27.9	170.8
УЖИН								
2012	237		Запеканка из творога	140	18.026	13.89	17.301	264.93
2012	9		Соус сладкий	30	0.445	0.017	8.76	37.85
2012	392		Чай с сахаром и молоком	180	2.011	1.75	10.305	64.88
2012	2		Батон	20	1.54	0.48	10.68	50.8
			итого	370	22.022	16.137	47.046	418.46
			всего	1680	57.547	51.7	197.215	1458.2

УТВЕРЖДАЮ
Руководителя учреждения
на 07 мая 2025 г. Коваль Т.Е.

сборник рецептов		№ техн. карты	Наименование блюд	выход	Химический состав			энергетическая ценность
					белки, г	жиры, г	углеводы, г	
			ЗАВТРАК					
2012	185		Каша пшеничная жидкая молочная	200	6.129	7.265	29.71	204.37
2012	395		Кофейный напиток с молоком	200	3.874	2.83	13.5	93
2012	2		Батон	30	2.31	0.72	16.02	76.2
2012	6		Масло сливочное	5	0.03	4.125	0.045	37.4
			итого	435	12.343	14.94	59.275	410.97
			2 ЗАВТРАК					
2012			Сок	98	0	0	12	48
			итого	98	0	0	12	48
			ОБЕД					
2012	121		Суп картофельный	200	2.318	4.066	17.416	112.06
2012	3.24		Голубцы ленивые со сметаной	200	17.514	18.97	21.225	324.49
2012	3		Хлеб ржаной	50	2.35	0.35	24.9	107.0
2012	376		Компот из сушеных фруктов	200	0.244	0	15.11	60.7
			итого	650	22.426	23.386	78.651	604.29
			ПОЛДНИК					
2012			Кефир	179	5.22	4.5	7.2	90
2012	2		Батон	30	2.31	0.72	16.02	76.2
			Яблоки	99	0.4	0	9	34
			итого	308	7.930	5.220	32.22	200.20
			УЖИН					
2012	237		Запеканка из творога	140	23.42	17.99	18.925	329.4
2012	9		Соус сладкий	50	0.633	0.024	12.754	54.99
2012	392		Чай с сахаром и молоком	200	2.554	2.25	12.24	79.27
2012	2		Батон	30	2.31	0.72	16.02	76.2
			итого	420	28.917	20.984	59.939	539.86
			всего	1911	71.616	64.53	242.08	1803.3