

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения
на 30 июля 2025г
Коваль Т.Е.

если

сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюд	выход	Химический состав			энергетическая ценность
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК							
2012	185	Каша пшеничная жидкая молочная	150	4.819	6.885	22.07	166.57
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	100	0.38	0	8.55	32.3
		итого	275	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	1685	57.547	51.7	197.215	1458.2

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения
на 30 июля 2025г
Коваль Т.Е.

сад

сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюд	выход	Химический состав			энергетическая ценность
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ккал
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	96	0	0	12	48
		итого	96	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	185	5.22	4.5	7.2	90
2012	2	Батон	30	2.31	0.72	16.02	76.2
		Яблоки	100	0.4	0	9	34
		итого	315	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	1916	71.616	64.53	242.08	1803.3