

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 95



Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки			ЭЦ ккал
			г	г	г	
<u>Завтрак</u>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,5	6	22,49	167,4
1 142	Масло сливочное	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	150	2,4	4	10,05	84,2
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		350	10,19	11	54,46	355,2
<u>Обед</u>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	150	3,77	2	10,57	79,1
1 572	Голубцы ленивые	160	11,89	8	17,06	184,4
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	150	1,3		91,35	381,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		500	20,8	12	145,34	753,5
<u>Полдник</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	80	8,06	9	2,61	122,1
1488	Морковь отварная	30	0,38	1,2	1,97	24
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	150			12	47,9
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		340	14,58	13,2	58,18	388
Итого за день		1190	45,57	36,2	257,98	1496,7

Технолог:

Согласовано:  
Заведующий детского сада № 95



Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки			ЭЦ ккал
			г	г	г	
<u>Завтрак</u>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Масло сливочное	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		400	10,61	12	56,36	392,6
<u>Обед</u>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые	210	15,61	10	22,39	242,1
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	1,56		109,62	457,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
Итого за Обед		610	25,53	15	171,05	903,3
<u>Полдник</u>						
891	Омлет запеченный или паровой	100	10,08	11	3,26	152,6
811	Горошек зеленый отварной	30	0,93		1,95	12
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Полдник		390	17,15	14	61,21	416
Итого за день		1 400	53,29	41	288,62	1 711,9

Технолог:

Согласовано  
Заведующий детским садом № 95  
Н.И. Перивина



Утвержден  
ООО "Азбука питания"  
директор  
"АЗБУКА ПИТАНИЯ"  
ИНН 6671048749  
ОГРН 1169658001042

### Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 18

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углеб.	ЭЦ ккал
			г	г		
<u>Завтрак</u>						
1 111,09	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Масло сливочное	10	0,04		6,5	25
1 512	Чай с молоком и сахаром	180	2,88	4	12,06	101,1
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>400</b>	<b>10,61</b>	<b>12</b>	<b>56,36</b>	<b>392,6</b>
<u>Обед</u>						
1 240	Суп картофельный с крупой (геркулес) со сметаной	180	4,52	3	12,68	94,9
1 572	Голубцы ленивые	210	15,61	10	22,39	242,1
928,1	Напиток из смеси сухофруктов	180	1,56		109,62	457,7
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>610</b>	<b>25,53</b>	<b>15</b>	<b>171,05</b>	<b>903,3</b>
<u>Полдник</u>						
437	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	60	4	2	24,94	137,2
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>39,34</b>	<b>194,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1 250</b>	<b>40,14</b>	<b>29</b>	<b>266,75</b>	<b>1 490,5</b>

Технолог: