

Согласовано:
И.О. Заведующего детского сада № 95



28.04.2026

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Белки	Жиры	Углево-	ЭЦ ккал
			г	г	лы г	
<u>Завтрак</u>						
1 111,12	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
97	Сыр	10	2,69	3		36,3
1 516,01	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	4	12,24	98,6
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
Итого за Завтрак		400	14,91	15	52,96	401,8
<u>Обед</u>						
139,21	Суп картофельный с бобовыми	180	4,23	4	15,47	120
1 565	Тефтели мясные	100	6,73	14	9,38	192
990	Рис припущенный с овощами	130	3,07	7	29,51	195,8
1 547,01	Напиток из шиповника	180	0,72		17,91	73,9
1 148	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
Итого за Обед		630	18,59	27	98,63	690,3
<u>Полдник</u>						
1 555	Тефтели рыбные тушеные	60	5,06	2	5,28	56,2
995	Пюре картофельное	110	2,39	4	16,16	107,8
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
14 539,27	Чай с сахаром	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		370	9,59	7	52,5	278,2
Итого за день		1400	43,09	49	204,09	1370,3

Технолог: