

Ознакомлена:
Заведующий детского сада № 95

Н.И. Першина

Детский сад № 95

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 10ч 188р



№	Наименование блюда	Выход г	Жиры			ЭЦ ккал
			г	г	г	
Завтрак						
1 111,1	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 508,02	Какао с молоком	180	3,68	4	15,35	105,9
Итого за Завтрак		400	12,16	12	62,57	397,8
Обед						
1 058,11	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	4,68	5	12,69	112,8
1 067	Суфле из птицы	70	11,11	5	9,06	121,6
857	Пюре гороховое	130	13,93	6	34,95	236,6
928,1	Компот из свежих яблок	180	0,28	0	19,73	82,39
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		600	33,84	18	102,79	661,99
Полдник						
1 133	Рагу из овощей	130	4,66	6	17,26	146,1
1 593	Булочка дорожная	50	4,16	5	21,6	151,2
14 539,27	Чай с лимоном	180			14,4	57,4
Итого за Полдник		360	8,82	11	53,26	354,7
Итого за день		1360	54,82	41	218,62	1414,49

Технолог:

Ознакомлена:
Заведующий детского сада № 95

Н.И. Першина

Детский сад № 95

Каменск-Уральский ДОУ 3-7 л 225 руб



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Жиры			ЭЦ ккал
			г	г	г	
Завтрак						
1 111,1	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,19	7	25,3	188,3
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6
1 508,02	Какао с молоком	180	3,68	4	15,35	105,9
Итого за Завтрак		400	12,16	12	62,57	397,8
Обед						
1 058,11	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	180	4,68	5	12,69	112,8
1 067	Суфле из птицы	70	11,11	5	9,06	121,6
857	Пюре гороховое	130	13,93	6	34,95	236,6
928,1	Компот из свежих яблок	180	0,28	0	19,73	82,39
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		600	33,84	18	102,79	661,99
Полдник						
1 133	Рагу овощное	130	4,66	6	17,26	146,1
14 539,27	Чай с лимоном	180			14,4	57,4
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8
1 593	Булочка дорожная	50	4,16	5	21,6	151,2
Итого за Полдник		380	10,96	12	69,92	411,5
Итого за день		1380	56,96	42	235,28	1471,29

Технолог:

Ознакомлена,
Заведующий детского сада № 95

Н.И. Першина



Каменск-Уральский Яс 1-3 г 200 руб

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г	Жиры			Угле- ды г	ЭЦ ккал
			г	г	г		
<u>Завтрак</u>							
1 111,1	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,16	6	21,08	157	
1 142	Повидло	10	0,04		6,5	25	
1 585	Батон	30	2,25	1	15,42	78,6	
1 508,02	Какао с молоком	150	3,07	3	12,79	88,3	
Итого за Завтрак		350	10,52	10	55,79	348,9	
<u>Обед</u>							
1 058,11	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	150	3,9	4	10,57	94	
1 067	Суфле из птицы	50	7,94	3	6,47	86,9	
857	Пюре гороховое	110	11,79	5	29,58	200,2	
928,1	Компот из свежих яблок	150	0,23	0	16,44	68,66	
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	27,7	14	89,42	558,36	
<u>Полдник</u>							
1 133	Рагу овощное	100	4,66	6	17,26	146,1	
14 539,27	Чай с лимоном	150			12	47,9	
897	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	16,66	56,8	
1 593	Булочка дорожная	50	4,16	5	21,6	151,2	
Итого за Полдник		320	10,96	12	67,52	402	
Итого за день		1170	49,18	36	212,73	1309,26	

Технолог: