

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Латфуллина Г.М.

28 октября 2025
для детей с 3 до 7 лет
САД 10 часов

Сбор ник рецеп тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Вита Мин С,мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды,г		

Завтрак

2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.59	5.76	23.68	162.86	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	6.2	9.02	15.67	125.9	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1.82	1.48	12.54	69.24	0.5
Итого			421	12.64	16.26	51.89	358	1

II завтрак

2008		ЙОГУРТ	180	0.4	0.4	9.8	89.5	0.7
Итого			180	0.4	0.4	9.8	89.5	0.7

Обед

2008	92	СУП С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	200	1.38	4.63	8.25	204.5	3.7
2012	376	КОМПОТ С ЧЕРНОСЛИВОМ	180	0	0	10.5	41.8	0.2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	14.36	69.6	0
2008	306	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	180	4.11	3.18	2.99	288.5	29.4
2008		ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	60	1.18	3.81	2.93	22.1	4.4
Итого			650	9.31	12.1	38.03	626.5	37.7

Полдник

2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	150	10.2	10.39	29.6	168.6	0.2
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60	2.1	5.2	7.1	57.6	0.5
Итого			390	12.3	15.59	46.2	268.5	0.7
Всего				34.62	44.35	146.19	1342.5	40.1

Попова Г.С.