

Согласовано

Заведующий

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

Латфуллина Г.М.

31 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		КАША «ДРУЖБА» МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5.21	7.73	27.71	144	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	89.70	0.5
Итого			421	9.37	13.58	45.5	359.6	1

II завтрак

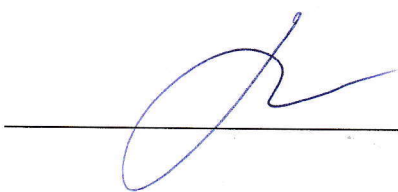
2008		СОК	180	0.1	0	12	89.9	0.7
Итого			180	0.1	0	12	8.9	0.7

Обед

2008		БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	3.85	2.175	6.775	196.32	3.7
2012	247	РЫБА ПАРОВАЯ	70	13.97	3.24	0.34	86.04	0.2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	130	4.63	8.4	30.72	158.40	0
2012	349	СОУС	60	1.2	4.2	8	41	29.4
2008		ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ СОЛЁНЫЕ	60	0.36	0.05	1.13	6.3	4.4
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0.54	0.018	14.372	71.64	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	
Итого			680	27.19	18.563	74.697	629.3	37.7

Полдник

2012		ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ	90	9.99	4.3	24.48	180.3	0.2
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30	3.18	3.45	0.21	47.1	0
к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0.5
Итого			300	13.2	7.75	34.2	269.7	0.7
Всего				49.86	39.893	166.397	1348.5	40.1


 Попова Г.С.