

# Детский сад

*А.Ф. Шаповалов*

| Выход (г)                 | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер рецептуры |
|---------------------------|--|---|-----------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |  |   |                 |
| 160                       | <b>Суп молочный с макаронными изделиями</b><br><i>молоко с мдже 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар</i>   | ЭЦ-116, Бел-5, Жир-4, Угл-15  | 100             |
| 4                         | <b>Масло сливочное(порциями)</b>   | ЭЦ-26, Жир-3  | 6               |
| 180                       | <b>Чай с сахаром (№410)</b><br><i>сахар, чай черный</i>  | ЭЦ-38, Угл-9  | 410             |
| 25                        | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12   | 560             |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | ЭЦ-256, Бел-7, Жир-8, Угл-37  |                 |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |  |   |                 |
| 70                        | <b>Фрукты свежие(Яблоки)</b>   | ЭЦ-31, Угл-7  | 386             |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | ЭЦ-31, Угл-7  |                 |
| <b><u>Обед</u></b>        |  |   |                 |
| 180                       | <b>Борщ с капустой и картофелем.</b><br><i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар</i>   | ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9  | 63              |
| 5                         | <b>Сметана</b>   | ЭЦ-8, Жир-1   | 540             |
| 50/25                     | <b>Печень, тушенная в соусе</b><br><i>печень (куринная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>  | ЭЦ-133, Бел-10, Жир-7, Угл-7  | 261             |
| 120,                      | <b>Пюре картофельное с сливочным маслом.</b><br><i>картофель, молоко с мдже 2,5%, масло сливочное</i>  | ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16  | 339             |
| 25                        | <b>Икра кабачковая..</b>   | ЭЦ-30, Жир-2, Угл-2   | 57              |
| 180                       | <b>Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</b>  | ЭЦ-102, Угл-25  | 394             |
| 34                        | <b>Хлеб пшеничный</b>  | ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17  | 560             |
| 25                        | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>  | ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21  | 527             |
| <b>Итого за Обед</b>      |  | ЭЦ-676, Бел-22, Жир-20, Угл-97  |                 |
| <b><u>Полдник</u></b>     |  |   |                 |
| 60                        | <b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой</b><br><i>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное.</i> | ЭЦ-1  | 437             |
| 150                       | <b>Кефир</b>   | ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6  | 420             |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | ЭЦ-76, Бел-4, Жир-4, Угл-6  |                 |
| <b>Итого за день</b>      |  | ЭЦ-1 040, Бел-33, Жир-32, Угл-148   |                 |

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

*[Handwritten signature]*

ИП Шаповалов  
Н.Н.

