МБДОУ Д/с №14

19.04
22

Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
	Завтрак		
60	Омлет натуральный с маслом сливочным яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное	ЭЦ-111, Бел-5, Жир-10, Угл-1	229
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
25	Икра кабачковая..	ЭЦ-30, Жир-2, Угл-2	57
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
	Итого за Завтрак	ЭЦ-281, Бел-8, Жир-15, Угл-25	
	Завтрак 2		
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
	Обед		
180	Суп картофельный с картофель, лук репчатый, морковь, пшено, масло растительное.	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-2, Угл-10	86
70	Котлеты рыбные любительские минтай, морковь, яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-102, Бел-10, Жир-3, Угл-8	272
120	Пюре картофельное с сливочным маслом. картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16	339
25	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-63, Угл-16	70
180	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	Хлеб пшеничный	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
	Итого за Обед	ЭЦ-661, Бел-21, Жир-12, Угл-114	
	Полдник		
50	Сдоба обыкновенная. мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная	ЭЦ-1	449
150	Фругурт кисло-молочный напиток.	ЭЦ-56, Бел-5, Жир-2, Угл-6	386
	Итого за Полдник	ЭЦ-57, Бел-5, Жир-2, Угл-6	
	Итого за день	ЭЦ-1 041, Бел-34, Жир-29, Угл-155	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____