

(Детский сад (Сад))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
160	Каша жидкая молочная из манной крупы . <i>молоко с мдэж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-187, Бел-5, Жир-8, Угл-24	181
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
Итого за Завтрак		ЭЦ-364, Бел-9, Жир-14, Угл-46	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок в ассортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
<u>Обед</u>			
180	Суп картофельный с клецками . <i>картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9	91
150	Плов из птицы. <i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат</i>	ЭЦ-269, Бел-15, Жир-12, Угл-25	321
25	Салат из горошка зеленого консервированного <i>горошек зеленый консервы, масло растительное.</i>	ЭЦ-21, Бел-1, Жир-1, Угл-2	10
180	Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	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-674, Бел-24, Жир-19, Угл-99	
<u>Полдник</u>			
80	Пудинг из творога запеченный. <i>творог, изюм, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, ванилин.</i>	ЭЦ-204, Бел-12, Жир-9, Угл-19	249
20	Соус молочный (сладкий). <i>молоко с мдэж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-19, Бел-1, Жир-1, Угл-2	384
180	Какао с молоком. <i>молоко с мдэж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16	416
Итого за Полдник		ЭЦ-330, Бел-16, Жир-13, Угл-37	
Итого за день		ЭЦ-1 409, Бел-50, Жир-46, Угл-192	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.