

2, 02  
22

# Детский сад

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

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.