

(Детский сад (Сад))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
160	Суп молочный с крупой(пшеничной). молоко с мдэ 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар	ЭЦ-117, Бел-5, Жир-4, Угл-15	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
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-293, Бел-9, Жир-11, Угл-37	
<u>Завтрак 2</u>			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
<u>Обед</u>			
180	Щи из свежей капусты с картофелем. капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат	ЭЦ-61, Бел-1, Жир-4, Угл-6	73
5	Сметана	ЭЦ-8, Жир-1	540
50/25	Птица тушеная с соусом. филе цб, сметана, томат, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная	ЭЦ-75, Бел-9, Жир-3, Угл-3	318
100	Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом. крупа гречневая, масло сливочное	ЭЦ-97, Бел-3, Жир-3, Угл-14	330
25	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. свекла, масло растительное.	ЭЦ-23, Жир-2, Угл-2	52
180	Кисель из сухофруктов сахар, сухофрукты, крахмал картофельный., кислота лимонная.	ЭЦ-128, Угл-32	397
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-612, Бел-21, Жир-15, Угл-95	
<u>Полдник</u>			
60	Сырники из творога(с повидлом) творог, повидло, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, масло растительное.	ЭЦ-140, Бел-9, Жир-6, Угл-6	245
180	Кофейный напиток с молоком молоко с мдэ 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14	414
Итого за Полдник		ЭЦ-231, Бел-12, Жир-9, Угл-20	
Итого за день		ЭЦ-1 167, Бел-43, Жир-34, Угл-158	

Руководитель
МБДОУ(МБДОУ)

Повар

Шевченко

Шевченко

