

# Детский сад

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 крупой(гречневый).</b> <i>молоко с мдж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-114, Бел-5, Жир-4, Угл-14	101
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3	6
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-254, Бел-7, Жир-8, Угл-36	
<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>Суп картофельный с бобовыми (горохом)</b> <i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12	87
150	<b>Жаркое по домашнему</b> <i>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло сливочное</i>	ЭЦ-181, Бел-19, Жир-5, Угл-15	292
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-30, Жир-12, Угл-106	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Пряники</b>	ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38	332
150	<b>Кефир</b>	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-258, Бел-7, Жир-6, Угл-44	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 204, Бел-44, Жир-26, Угл-192	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

*Шоповалов*

ИП Шоповалов

