

**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>Каша жидкая молочная из манной крупы .</b> <i>молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-187, Бел-5, Жир-8, Угл-24	181
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	<b>Сыр твердый (порциями).</b>	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
180	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-364, Бел-9, Жир-14, Угл-46	
<b><u>Завтрак 2</u></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><u>Обед</u></b>			
180	<b>Суп картофельный с клецками .</b> <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	<b>Плов из птицы.</b> <i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат</i>	ЭЦ-269, Бел-15, Жир-12, Угл-25	321
25	<b>Салат из горошка зеленого консервированного</b> <i>горошек зеленый консервы, масло растительное.</i>	ЭЦ-21, Бел-1, Жир-1, Угл-2	10
180	<b>Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</b>	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-674, Бел-24, Жир-19, Угл-99	
<b><u>Полдник</u></b>			
80	<b>Пудинг из творога запеченный.</b> <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	<b>Соус молочный (сладкий).</b> <i>молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-19, Бел-1, Жир-1, Угл-2	384
180	<b>Какао с молоком.</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16	416
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-330, Бел-16, Жир-13, Угл-37	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 409, Бел-50, Жир-46, Угл-192	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.