

Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
160	Суп молочный с крупой(гречневый). <small>молоко с мджс 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-114, Бел-5, Жир-4, Угл-14	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-254, Бел-7, Жир-8, Угл-36	
Завтрак 2			
70	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-31, Угл-7	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-31, Угл-7	
Обед			
180	Суп картофельный с бобовыми (горохом) <small>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12	87
150	Жаркое по домашнему <small>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло сливочное</small>	ЭЦ-181, Бел-19, Жир-5, Угл-15	292
25	Овощи соленые (огурец).	ЭЦ-63, Угл-16	70
180	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	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-661, Бел-30, Жир-12, Угл-106	
Полдник			
50	Пряники	ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38	332
150	Кефир	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
Итого за Полдник		ЭЦ-258, Бел-7, Жир-6, Угл-44	
Итого за день		ЭЦ-1 204, Бел-44, Жир-26, Угл-192	

Руководитель
МБОУ(МБДО

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.