

Детский сад (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>			
50	Омлет натуральный с маслом сливочным <small>яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-92, Бел-4, Жир-8, Угл-1	229
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
20	Икра кабачковая..	ЭЦ-24, Жир-2, Угл-2	57
150	Чай с сахаром (№410) <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-32, Угл-8	410
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-235, Бел-6, Жир-13, Угл-20	
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
<u>Обед</u>			
150	Суп картофельный с <small>картофель, лук репчатый, морковь, пишено, масло растительное.</small>	ЭЦ-55, Бел-1, Жир-2, Угл-9	86
60	Котлеты рыбные любительские <small>минтай, морковь, яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-87, Бел-8, Жир-3, Угл-7	272
110	Пюре картофельное с сливочным маслом. <small>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-101, Бел-2, Жир-4, Угл-15	339
150	Компот из сушеных <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-85, Угл-21	394
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
25	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
Итого за Обед		ЭЦ-535, Бел-19, Жир-11, Угл-87	
<u>Полдник</u>			
50	Сдоба обыкновенная. <small>мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная</small>	ЭЦ-1	449
150	Фругурт кисло-молочный напиток.	ЭЦ-56, Бел-5, Жир-2, Угл-6	386
Итого за Полдник		ЭЦ-57, Бел-5, Жир-2, Угл-6	
Итого за день		ЭЦ-869, Бел-30, Жир-26, Угл-124	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Суренко

Повар

Шановадов

ИП Шановадов
И.И.

