

# Детский сад (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<b>Суп молочный с крупой(гречневый).</b> <small>молоко с мдж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3	6
150	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-32, Угл-8	410
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-225, Бел-6, Жир-8, Угл-31	560
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
60	<b>Фрукты свежие(Яблоки)</b>	ЭЦ-26, Угл-6	386
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-26, Угл-6	386
<b><u>Обед</u></b>			
150	<b>Суп картофельный с бобовыми (горохом)</b> <small>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-81, Бел-3, Жир-3, Угл-10	87
140	<b>Жаркое по домашнему</b> <small>картофель, свинина, лук репчатый, томат, масло сливочное</small>	ЭЦ-169, Бел-18, Жир-5, Угл-14	292
20	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-50, Угл-13	70
150	<b>Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</b>	ЭЦ-85, Угл-21	394
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-591, Бел-28, Жир-11, Угл-94	527
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Пряники</b>	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-1, Угл-23	332
150	<b>Кефир</b>	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-185, Бел-6, Жир-5, Угл-29	420
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 028, Бел-40, Жир-24, Угл-159	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

*(Handwritten signature of the cook)*

ИПТ Шаповалов  
Н.Н.

