

# Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>			
160	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b> <small>молоко с мдж 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-116, Бел-5, Жир-4, Угл-15	100
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <small>сахар, чай черный</small>	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-256, Бел-7, Жир-8, Угл-37	
<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>Борщ с капустой и картофелем.</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар</small>	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9	63
5	<b>Сметана</b>	ЭЦ-8, Жир-1	540
50/25	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <small>печень (куриная), сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</small>	ЭЦ-133, Бел-10, Жир-7, Угл-7	261
120,	<b>Пюре картофельное с сливочным маслом.</b> <small>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16	339
25	<b>Икра кабачковая..</b>	ЭЦ-30, Жир-2, Угл-2	57
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-676, Бел-22, Жир-20, Угл-97	
<b><u>Полдник</u></b>			
60	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой</b> <small>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное.</small>	ЭЦ-1	437
150	<b>Кефир</b>	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-76, Бел-4, Жир-4, Угл-6	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 040, Бел-33, Жир-32, Угл-148	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов

