1.08

(1пн)

МЕНЮ Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
	Завтрак		
150	Каша жидкая молочная из манной крупы . молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное	ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23	181
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
	Итого за Завтрак	ЭЦ-352, Бел-9, Жир-14, Угл-45	
	Завтрак 2		
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
	Обед		
180	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12	88
70	Зразы рыбные с яйцом со сметанным соусом с минтай, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сметана, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., томат , мука пшеничная высшего сорта	ЭЦ-88, Бел-7, Жир-3, Угл-8	281
100	Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом. крупа пшеничная, масло сливочное	ЭЦ-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	330
25	Икра кабачковая(из свежих овощей) кабачки свежие., лук репчатый, томат , масло растительное.	ЭЦ-17, Жир-1, Угл-1	54
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-650, Бел-20, Жир-12, Угл-110	
	Полдник		
60	Булочка «Российская» мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдж 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная , ванилин.	ЭЦ-193, Бел-4, Жир-5, Угл-33	457
150	Кофейный напиток с молоком молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-2, Угл-12	414
	Итого за Полдник	ЭЦ-269, Бел-7, Жир-7, Угл-45	
	Итого за день	ЭЦ-1 313, Бел-36, Жир-33, Угл-211	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____