

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 . <i>молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23	181
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
180	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9	410
Итого за Завтрак		ЭЦ-352, Бел-9, Жир-14, Угл-45	
Завтрак 2			
100	Сок в ассортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
180	Суп картофельный с клецками . <i>картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9	91
140	Плов из птицы. <i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат</i>	ЭЦ-251, Бел-14, Жир-11, Угл-24	321
25	Салат из свеклы отварной. <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-23, Жир-2, Угл-2	34
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-659, Бел-22, Жир-18, Угл-98	
Полдник			
60	Пудинг из творога запеченный. <i>творог, изюм, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, ванилин.</i>	ЭЦ-153, Бел-9, Жир-6, Угл-15	249
15	Соус молочный (сладкий). <i>молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-14, Жир-1, Угл-1	384
150	Какао с молоком. <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13	416
Итого за Полдник		ЭЦ-256, Бел-13, Жир-10, Угл-29	
Итого за день		ЭЦ-1 309, Бел-44, Жир-42, Угл-181	

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.