

57.09
(2пп)**МЕНЮ Детский сад (Ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
	Каша жидкая молочная		
140	пшениная с маслом	ЭЦ-103, Бел-4, Жир-4, Угл-13	
	сливочным и сахаром		101
	молоко с мдж 2,5%, пшено, масло сливочное, сахар		
25/15/5	Бутерброд с повидлом и маслом.	ЭЦ-128, Бел-2, Жир-3, Угл-23	2
	хлеб пшеничный, повидло, масло сливочное		
150	Чай с сахаром (№410)	ЭЦ-32, Угл-8	410
	сахар, чай черный		
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-323, Бел-8, Жир-8, Угл-53	
Завтрак 2			
60	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-26, Угл-6	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-26, Угл-6	
Обед			
150	Рассольник ленинградский .	ЭЦ-73, Бел-1, Жир-3, Угл-10	82
	картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.		
130	Запеканка картофельная с мясом.	ЭЦ-193, Бел-10, Жир-8, Угл-21	308
	картофель, свинина, масло сливочное, лук репчатый, сухари панировочные		
20	Салат из белокочанной капусты.	ЭЦ-17, Жир-1, Угл-2	21
	капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.		
150	Компот из сушеных	ЭЦ-85, Угл-21	394
	сухофрукты, сахар, кислота лимонная.		
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-575, Бел-18, Жир-14, Угл-90	
Полдник			
50	Крендель сахарный.	ЭЦ-19, Бел-4, Жир-7, Угл-28	443
	мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная		
150	Какао с молоком.	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13	416
	молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок		
Итого за Полдник		ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9, Угл-41	
Итого за день		ЭЦ-1 031, Бел-33, Жир-32, Угл-190	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.