

12.09

(Лин)

МЕНЮ Детский сад (Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
140	Каша жидкая молочная из манной крупы . <i>молоко с мдэж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-164, Бел-4, Жир-7, Угл-21	181
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
150	Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-32, Угл-8	410
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-319, Бел-8, Жир-13, Угл-39	
Завтрак 2			
100	Сок в асортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
150	Суп картофельный вермишелевый.	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-10	88
60	Зразы рыбные с яйцом со сметанным соусом с <i>минтай, молоко с мдэж 2,5%, хлеб пшеничный, сметана, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., томат, мука пшеничная высшего сорта</i>	ЭЦ-76, Бел-6, Жир-3, Угл-7	281
90	Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом. <i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>	ЭЦ-133, Бел-4, Жир-3, Угл-23	330
20	Икра кабачковая(из свежих овощей) <i>кабачки свежие., лук репчатый, томат, масло растительное.</i>	ЭЦ-14, Жир-1, Угл-1	54
150	Компот из сушеных сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-85, Угл-21	394
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-577, Бел-18, Жир-11, Угл-98	
Полдник			
60	Булочка «Российская» <i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдэж 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная, ванилин.</i>	ЭЦ-193, Бел-4, Жир-5, Угл-33	457
150	Кофейный напиток с молоком <i>молоко с мдэж 2,5%, сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-2, Угл-12	414
Итого за Полдник		ЭЦ-269, Бел-7, Жир-7, Угл-45	
Итого за день		ЭЦ-1 207, Бел-33, Жир-31, Угл-193	

4.9
Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Новар
Новар

ИП Шаповалов
Н.Н.

