

МЕНЮ Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
--------------	--------------------	--	--------------------

Завтрак**Каша жидкая молочная****150 пшенинная с маслом**

ЭЦ-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14

сливочным и сахаром

молоко с мдж 2,5%, пшено, масло сливочное, сахар

101

30/20/5 Бутерброд с повидлом и маслом.

ЭЦ-156, Бел-2, Жир-4, Угл-28

хлеб пшеничный, повидло, масло сливочное

2

180 Чай с сахаром (№410)

ЭЦ-38, Угл-9

сахар, чай черный

410

Итого за Завтрак ЭЦ-304, Бел-7, Жир-8, Угл-51**Завтрак 2****70 Фрукты свежие(Яблоки)**

ЭЦ-31, Угл-7

386

Итого за Завтрак 2 ЭЦ-31, Угл-7**Обед****180 Рассольник ленинградский .**

ЭЦ-88, Бел-1, Жир-4, Угл-12

картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное.

82

140 Запеканка картофельная с мясом.

ЭЦ-207, Бел-11, Жир-8, Угл-22

картофель, свинина, масло сливочное, лук репчатый, сухари панировочные

308

25 Салат из белокочанной капусты.

ЭЦ-21, Жир-1, Угл-2

капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.

21

180 Компот из сушеных

ЭЦ-102, Угл-25

сухофрукты, сахар, кислота лимонная.

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-638, Бел-19, Жир-16, Угл-100**Полдник****50 Крендель сахарный.**

ЭЦ-19, Бел-4, Жир-7, Угл-28

мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сухие, масло растительное., соль йодированная

443

150 Какао с молоком.

ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13

молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок

416

Итого за Полдник ЭЦ-108, Бел-7, Жир-9, Угл-41**Итого за день** ЭЦ-1 080, Бел-33, Жир-34, Угл-199Руководитель
МБОУ(МБДО
у)

Повар

ИП Шаповалов

Н.Н.

