22.09

(2чт)

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,сахар*	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)** *сахар, чай черный*	ЭЦ-38, Угл-9	410
	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 с клецками .** *картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная*	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9	91
140	**Плов из птицы.** *цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат*	ЭЦ-251, Бел-14, Жир-11, Угл-24	321
25	**Салат из свеклы отварной.** *свекла, масло растительное.*	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.** *творог, изюм, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, ванилин.*	ЭЦ-153, Бел-9, Жир-6, Угл-15	249
15	**Соус молочный (сладкий).** *молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная*	ЭЦ-14, Жир-1, Угл-1	384
150	**Какао с молоком.** *молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок*	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. _____