

У/2

305
(2ср)

Меню Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
150	Суп молочный с крупой(гречневый). <small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	Чай с сахаром (№410) <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
Итого за Завтрак		ЭЦ-247, Бел-7, Жир-8, Угл-35	
Завтрак 2			
100	Фрукты свежие(Яблоки)	ЭЦ-44, Угл-10	386
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-44, Угл-10	
Обед			
180	Борщ с капустой и картофелем. <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар</small>	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9	63
70	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным <small>филе цб, молоко с м.д.ж 2,5%, хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>	ЭЦ-135, Бел-11, Жир-7, Угл-7	324
120	Макаронны отварные с маслом. <small>макаронны, масло сливочное</small>	ЭЦ-127, Бел-4, Жир-3, Угл-21	219
35	Капуста тушеная. <small>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-28, Бел-1, Жир-1, Угл-3	143
180	Компот из сушеных фруктов. <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	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-685, Бел-24, Жир-17, Угл-104	
Полдник			
60	Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой <small>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйца куриные, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное.</small>	ЭЦ-133, Бел-3, Жир-1, Угл-28	437
150	Кефир	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
Итого за Полдник		ЭЦ-208, Бел-7, Жир-5, Угл-34	
Итого за день		ЭЦ-1184, Бел-38, Жир-30, Угл-183	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)



Повар

[Handwritten signature]

ИП Шаповалов
Н.Н.

