

# Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b> <small>молоко с мдж 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-109, Бел-4, Жир-4, Угл-14	100
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-249, Бел-6, Жир-8, Угл-36	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
70	<b>Фрукты свежие(Яблоки)</b>	ЭЦ-31, Угл-7	386
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-31, Угл-7	
<b><u>Обед</u></b>			
180	<b>Суп картофельный с бобовыми (горохом)</b> <small>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12	87
70	<b>Котлеты рыбные любительские</b> <small>минтай, морковь, яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-102, Бел-10, Жир-3, Угл-8	272
120	<b>Пюре картофельное с сливочным маслом.</b> <small>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16	339
25	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-63, Угл-16	70
180	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-102, Угл-25	394
34	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-103, Бел-3, Жир-1, Угл-17	560
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-116, Бел-4, Жир-2, Угл-21	527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-692, Бел-23, Жир-14, Угл-115	
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Пряники</b>	ЭЦ-183, Бел-3, Жир-2, Угл-38	332
150	<b>Кефир</b>	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-258, Бел-7, Жир-6, Угл-44	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 230, Бел-37, Жир-28, Угл-202	



Повар

\_\_\_\_\_  
*Сав.*

ИП Шаповалов  
Н.Н.