

# Детский сад

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

## Завтрак

150	<b>Каша жидкая молочная из манной крупы .</b> молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар	ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23	181
10	<b>Сыр твердый (порциями).</b>	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3	6
180	<b>Чай с сахаром (№410)</b> сахар, чай черный	ЭЦ-38, Угл-9	410
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-76, Бел-2, Жир-1, Угл-12	560

Итого за Завтрак ЭЦ-352, Бел-9, Жир-14, Угл-45

## Завтрак 2

100	<b>Сок в ассортименте</b>	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
-----	---------------------------	----------------------	-----

Итого за Завтрак 2 ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10

## Обед

180	<b>Суп картофельный вермишелевый.</b>	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12	88
70	<b>Зразы рыбные с яйцом со сметанным соусом с томатом</b> минтай, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сметана, лук репчатый, яйцо куриное, масло растительное., томат , мука пшеничная высшего сорта	ЭЦ-88, Бел-7, Жир-3, Угл-8	281
100	<b>Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом.</b> крупа пшеничная, масло сливочное	ЭЦ-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	330
25	<b>Винегрет овощной .</b> картофель, свекла, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, масло растительное.	ЭЦ-24, Жир-2, Угл-2	46
180	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	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

Итого за Обед ЭЦ-656, Бел-20, Жир-13, Угл-111

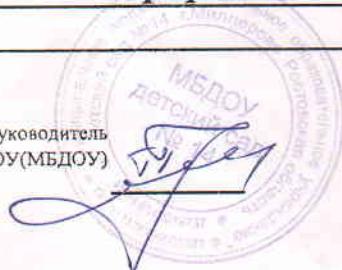
## Полдник

60	<b>Булочка «Российская»</b> мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдж 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль юодированная , ванилин.	ЭЦ-193, Бел-4, Жир-5, Угл-33	457
150	<b>Кефир</b>	ЭЦ-75, Бел-4, Жир-4, Угл-6	420

Итого за Полдник ЭЦ-268, Бел-9, Жир-9, Угл-39

Итого за день ЭЦ-1 318, Бел-38, Жир-35, Угл-205

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

