

## Меню Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
<b>Завтрак</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>Завтрак 2</b>			
100	<b>Фрукты свежие(Яблоки)</b>	ЭЦ-44, Угл-10	386
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-44, Угл-10	
<b>Обед</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
35	<b>Овощи натуральные свежие (огурец)</b>	ЭЦ-11, Бел-1, Угл-2	71
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-640, Бел-24, Жир-14, Угл-101	
<b>Полдник</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-1 191, Бел-38, Жир-28, Угл-190	

Руководитель  
МБОУ(МБДО



Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.

