

Меню Детский сад

2.11

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
140	Каша жидкая молочная из манной крупы . <small>молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-164, Бел-4, Жир-7, Угл-21	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) <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9	410
Итого за Завтрак		ЭЦ-340, Бел-8, Жир-13, Угл-43	
Завтрак 2			
100	Сок в ассортименте	ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	418
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-42, Бел-1, Угл-10	
Обед			
180	Суп картофельный с клецками . <small>картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная</small>	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9	91
140	Плов из птицы. <small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат</small>	ЭЦ-251, Бел-14, Жир-11, Угл-24	321
30	Салат из свеклы отварной. <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-28, Жир-2, Угл-3	34
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-663, Бел-23, Жир-18, Угл-98	
Полдник			
70	Пудинг из творога запеченный. <small>творог, изюм, крупа манная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, ванилин.</small>	ЭЦ-179, Бел-11, Жир-8, Угл-17	249
15	Соус молочный (сладкий). <small>молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-14, Жир-1, Угл-1	384
150	Какао с молоком. <small>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13	416
Итого за Полдник		ЭЦ-282, Бел-14, Жир-11, Угл-31	
Итого за день		ЭЦ-1 327, Бел-46, Жир-43, Угл-183	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

