

(Сады Миллерово(3-7) 2024г.)

19.02.24г.

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер рецептуры |
|-----------------------------|--|--|--------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| Каша жидкая молочная | | | |
| 150 | пшеничная с маслом сливочным и сахаром <small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар</small> | ЭЦ-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14 | 101 |
| 200 | Чай с сахаром (№410) <small>сахар, чай черный</small> | ЭЦ-42, Угл-11 | 410 |
| 50 | Хлеб пшеничный(обогащенный) | ЭЦ-152, Бел-4, Жир-2, Угл-25 | 560 |
| 4 | Масло сливочное(порциями) | ЭЦ-26, Жир-3 | 6 |
| Итого за Завтрак | | ЭЦ-331, Бел-8, Жир-9, Угл-49 | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | |
| 150 | Сок в асортименте | ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15 | 418 |
| Итого за Завтрак 2 | | ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15 | |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 |
| 70 | Котлеты,биточки,шницели рубленые. <small>свинина, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное</small> | ЭЦ-280, Бел-8, Жир-23, Угл-11 | 299 |
| 130 | Каша рассыпчатая ячневая с маслом. <small>крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная</small> | ЭЦ-294, Бел-1, Жир-30, Угл-6 | 171 |
| 50 | Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <small>свекла, масло растительное.</small> | ЭЦ-46, Бел-1, Жир-3, Угл-4 | 52 |
| 180 | Компот из сушеных фруктов. <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small> | ЭЦ-102, Угл-25 | 394 |
| 30 | Хлеб пшеничный(обогащенный) | ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15 | 560 |
| 20 | Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный) | ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17 | 527 |
| Итого за Обед | | ЭЦ-969, Бел-17, Жир-60, Угл-87 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 70 | Сдоба обыкновенная. <small>мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная</small> | ЭЦ-20, Бел-5, Жир-3, Угл-37 | 449 |
| 180 | Молоко кипяченое. | ЭЦ-102, Бел-5, Жир-5, Угл-9 | 419 |
| Итого за Полдник | | ЭЦ-122, Бел-11, Жир-8, Угл-46 | |
| Итого за день | | ЭЦ-1 485, Бел-37, Жир-77, Угл-197 | |

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.