

**(Сады Миллерово(3-7) 2024г.)**

20.03.24г.

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 крупой(гречневый).</b> <small>молоко с мдже 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
200	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-42, Угл-11	410
50	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-152, Бел-4, Жир-2, Угл-25	560
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3	6
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-327, Бел-8, Жир-9, Угл-48	
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
150	<b>Сок в ассортименте</b>	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	
<b><u>Обед</u></b>			
180	<b>Суп картофельный вермишелевый.</b>	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12	88
200	<b>Птица тушеная в соусе с овощами</b> <small>картофель, филе цб, морковь, лук репчатый, сметана, горошек зеленый консервы, томат, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>	ЭЦ-182, Бел-17, Жир-5, Угл-6	319
50	<b>Салат из моркови</b> <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-26, Бел-1, Угл-6	42
180	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-102, Угл-25	394
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
20	<b>Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17	527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-569, Бел-26, Жир-10, Угл-81	
<b><u>Полдник</u></b>			
70	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой</b> <small>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное.</small>	ЭЦ-155, Бел-3, Жир-1, Угл-32	437
180	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <small>молоко с мдже 2,5%, сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14	414
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-246, Бел-6, Жир-4, Угл-47	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 206, Бел-41, Жир-22, Угл-191	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ) ИП Шаловалов  
Н.Н. 