

**(Сады Миллерово(3-7) 2024г.)**

26.03.24г

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 крупой(рисовый).</b> <small>молоко с мдж 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-99, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
200	<b>Какао с молоком.</b> <small>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-119, Бел-4, Жир-4, Угл-18	416
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-397, Бел-12, Жир-12, Угл-55	
<b>Завтрак 2</b>			
150	<b>Сок в асортименте</b>	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	
<b>Обед</b>			
180	<b>Борщ с капустой и картофелем.</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное, сахар</small>	ЭЦ-74, Бел-1, Жир-4, Угл-9	63
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
130	<b>Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом.</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное</small>	ЭЦ-211, Бел-7, Жир-2, Угл-33	330
50	<b>Салат из свеклы отварной.</b> <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-47, Бел-1, Жир-3, Угл-4	34
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-719, Бел-25, Жир-14, Угл-112	
<b>Полдник</b>			
70	<b>Булочка «Российская»</b> <small>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдж 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная, ванилин.</small>	ЭЦ-225, Бел-5, Жир-6, Угл-39	457
180	<b>Кефир</b>	ЭЦ-81, Бел-5, Жир-4, Угл-6	420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-306, Бел-10, Жир-10, Угл-45	
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 485, Бел-47, Жир-36, Угл-227	

Руководитель  
МБОУ(МБДО)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.