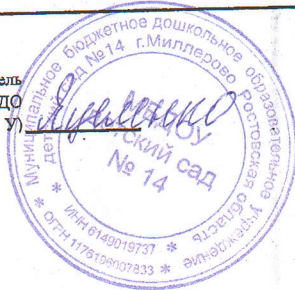


(Сады Миллерово(3-7) 2024г.)

10.04.24г

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Номер рецептуры |
|---------------------------|---|--|--------------------|
| Завтрак | | | |
| 150 | Каша жидкая молочная из манной крупы . <i>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i> | ЭЦ-176, Бел-4, Жир-7, Угл-23 | 181 |
| 200 | Чай с сахаром (№410) <i>сахар, чай черный</i> | 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-396, Бел-8, Жир-12, Угл-58 | |
| Завтрак 2 | | | |
| 100 | Фрукты свежие(Яблоки) | ЭЦ-44, Угл-10 | 386 |
| Итого за Завтрак 2 | | ЭЦ-44, Угл-10 | |
| Обед | | | |
| 180 | Суп картофельный вермишелевый. | ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12 | 88 |
| 200 | Плов из курицы <i>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная</i> | ЭЦ-445, Бел-20, Жир-24, Угл-35 | 291 |
| 50 | Овощи соленые (огурец). | ЭЦ-125, Угл-33 | 70 |
| 180 | Кисель из сухофруктов <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный., кислота лимонная.</i> | ЭЦ-128, Угл-32 | 397 |
| 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-957, Бел-28, Жир-29, Угл-143 | |
| Полдник | | | |
| 70 | Сырники из творога(с повидлом) <i>творог, повидло, мука пшеничная высшего сорта, яйцо куриное, масло растительное.</i> | ЭЦ-164, Бел-11, Жир-7, Угл-7 | 245 |
| 180 | Какао с молоком. <i>молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок</i> | ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16 | 416 |
| Итого за Полдник | | ЭЦ-271, Бел-15, Жир-11, Угл-22 | |
| Итого за день | | ЭЦ-1 668, Бел-52, Жир-51, Угл-234 | |

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.