(1чт)

(Сады Миллерово(3-7) 2024г.)

23.05.24г

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
	Завтрак		
150	**Суп молочный с овсяной крупой** *молоко с мдж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная*	ЭЦ-112, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
200	**Кофейный напиток с молоком** *молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-101, Бел-3, Жир-3, Угл-16	414
50	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-152, Бел-4, Жир-2, Угл-25	560
4	**Масло сливочное(порциями)**	ЭЦ-26, Жир-3	6
10	**Сыр твердый (порциями).**	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	7
	Итого за Завтрак	ЭЦ-427, Бел-14, Жир-14, Угл-54	
	Завтрак 2		
150	**Сок в асортименте**	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	418
	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	
	Обед		
180	**Суп картофельный с бобовыми (горохом)** *картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.*	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12	87
70	**Рыба, запеченная в сметанном соусе.** *минтай, сметана, яйцо куриное, сыр, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная*	ЭЦ-83, Бел-8, Жир-5, Угл-2	266
130	**Пюре картофельное с сливочным маслом.** *картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное*	ЭЦ-119, Бел-3, Жир-4, Угл-18	339
50	**Салат из моркови** *морковь, сахар*	ЭЦ-26, Бел-1, Угл-6	42
180	**Компот из сушеных фруктов.** *сухофрукты, сахар, кислота лимонная.*	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-611, Бел-21, Жир-15, Угл-94	
	Полдник		
70	**Крендель сахарный.** *мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сушеные, масло растительное., соль йодированная*	ЭЦ-26, Бел-5, Жир-9, Угл-39	443
180	**Молоко кипяченое.**	ЭЦ-102, Бел-5, Жир-5, Угл-9	419
	Итого за Полдник	ЭЦ-128, Бел-10, Жир-14, Угл-48	
	Итого за день	ЭЦ-1 229, Бел-46, Жир-44, Угл-211	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____