

(Ин)

**(Сады Миллерово(3-7) 2024г.)**

18.08.24г

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамин (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
-----------	--------------------	--	-----------------

**Завтрак**

150 **Каша жидкая молочная**  
пшеница с маслом сливочным и сахаром  
ЭЦ-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14

200 **Чай с сахаром (№410)**  
молоко с жиром 2,5%, творог, масло сливочное, сахар, чай черный  
ЭЦ-42, Угл-11

50 **Хлеб пшеничный(обогащенный)**  
ЭЦ-152, Бел-4, Жир-2, Угл-25

4 **Масло сливочное(порциями)**  
ЭЦ-26, Жир-3

**Итого за Завтрак**

**Завтрак 2**

100 **Фрукты свежие(Блоки красн-зелен)**  
ЭЦ-68, Угл-10

**Обед**

**Суп картофельный с крупой ячневый**  
картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая, масло растительное.

200 **Запеканка картофельная с мясом.**  
ЭЦ-296, Бел-15, Жир-12, Угл-32

**Салат из белокочанной капусты**  
картофель, свинина, масло сливочное, лук репчатый, сухари панировочные

50 **Свежей**  
ЭЦ-30, Бел-1, Жир-2, Угл-3

180 **Компот из сушеных фруктов.**  
каштан белокочанная, лук репчатый, сахар, масло растительное, лимонная кислота лимонная, соль водородная, суфлуриты, сахар, кислота лимонная.

30 **Хлеб пшеничный(обогащенный)**  
ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15

20 **Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)**  
ЭЦ-93, Бел-3, Жир-1, Угл-17

**Итого за Обед**

**Полдник**

70 **Ватрушки с творогом.**  
ЭЦ-195, Бел-9, Жир-5, Угл-30

**Ватрушки с творогом.**  
мука пшеничная высшего сорта, творог, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль водородная, масло растительное.

180 **Чай с сахаром (№410)**  
ЭЦ-38, Угл-9

**Итого за Полдник**

**Итого за день**  
ЭЦ-1309, Бел-41, Жир-31, Угл-201

Повар

ИП Шоловалов Н.Н.

