

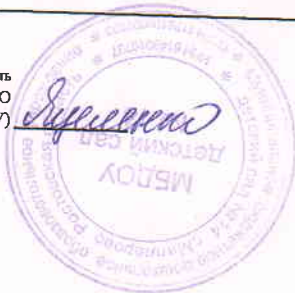
(Сады Миллерово(1-3) 2024г.)

09.08.24г

(2шт)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
Завтрак			
40	Яйцо вареное	ЭЦ-63, Бел-5, Жир-5	
100	Капуста тушеная.	ЭЦ-80, Бел-2, Жир-4, Угл-10	227
	<i>капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, масло растительное, томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</i>		143
180	Чай с сахаром и лимоном	ЭЦ-37, Угл-9	
	<i>сахар, лимоны, чай черный</i>		412
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	560
10	Сыр твердый (порциями).	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3	6
Итого за Завтрак		ЭЦ-334, Бел-12, Жир-15, Угл-34	7
Завтрак 2			
150	Сок в асортименте	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	
Итого за Завтрак 2		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15	418
Обед			
150	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	ЭЦ-81, Бел-3, Жир-3, Угл-10	
	<i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</i>		87
120	Пюре картофельное с сливочным маслом.	ЭЦ-110, Бел-2, Жир-4, Угл-16	
	<i>картофель, молоко с м.ж 2,5%, масло сливочное</i>		339
60/20	Печень, тушенная в соусе	ЭЦ-142, Бел-11, Жир-8, Угл-7	
	<i>печень, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</i>		261
40	Икра овощная свекольная.	ЭЦ-40, Бел-1, Жир-2, Угл-5	
	<i>свекла, томат, морковь, лук репчатый, масло растительное, сахар</i>		55
150	Компот из сушеных фруктов.	ЭЦ-85, Угл-21	
	<i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная</i>		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-642, Бел-24, Жир-19, Угл-91	
Полдник			
50	Печенье .	ЭЦ-209, Бел-4, Жир-5, Угл-37	
			332
180	Фругурт кисло-молочный напиток.	ЭЦ-191, Бел-11, Жир-4, Угл-14	
			386
Итого за Полдник		ЭЦ-399, Бел-15, Жир-9, Угл-52	
Итого за день		ЭЦ-1 438, Бел-51, Жир-43, Угл-192	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

