

(Сады Миллерово(3-7) 2024г.)

18.09.24

(всеп)

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

Завтрак

150	Суп молочный с крупой(гречневый). <small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
200	Чай с сахаром (№410) <small>сахар, чай черный</small>	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-327, Бел-8, Жир-9, Угл-48

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) <small>картофель, горох конный, морковь, лук репчатый, масло растительное.</small>	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12	87
130	Пюре картофельное с сливочным маслом. <small>картофель, молоко с м.д.ж 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-119, Бел-3, Жир-4, Угл-18	339
70/20	Печень, тушенная в соусе <small>печень, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное, соль йодированная</small>	ЭЦ-160, Бел-12, Жир-9, Угл-8	261
50	Икра овощная свекольная. <small>свекла, помид, морковь, лук репчатый, масло растительное, сахар</small>	ЭЦ-50, Бел-1, Жир-2, Угл-6	55
180	Компот из сушеных фруктов. <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	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
70	Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой <small>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сухие, соль йодированная, масло растительное.</small>	ЭЦ-155, Бел-3, Жир-1, Угл-32	437
180	Кофейный напиток с молоком <small>молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14	414

Итого за Полдник ЭЦ-246, Бел-6, Жир-4, Угл-47

Итого за день ЭЦ-1 206, Бел-41, Жир-22, Угл-191

Руководитель
МБОУ(МБДО
У)



Повар

ИП Шаловалов
Н.Н.

