(2пн)

Меню Детский сад (с 3-7 лет) 09.12.24

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
	Завтрак		
140	**Каша жидкая молочная пшеничная с маслом сливочным и сахаром** молоко с мдж 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар	ЭЦ-103, Бел-4, Жир-4, Угл-13	101
200	**Чай с сахаром (№410)** сахар, чай черный	ЭЦ-42, Угл-11	410
30	**Хлеб пшеничный(обогащенный)**	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	560
	Итого за Завтрак	ЭЦ-236, Бел-6, Жир-5, Угл-38	
	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 клецками .** картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9	91
60	**Котлеты,биточки,шницели рубленые.** свинина, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное	ЭЦ-240, Бел-7, Жир-20, Угл-9	299
120	**Каша рассыпчатая ячневая с маслом.** крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5	171
40	**Салат из свеклы отварной.** свекла, масло растительное.	ЭЦ-38, Бел-1, Жир-2, Угл-3	34
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-897, Бел-16, Жир-54, Угл-84	
	Полдник		
70	**Сдоба обыкновенная.** мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сушеные. соль йодированная	ЭЦ-197, Бел-5, Жир-3, Угл-37	449
180	**Молоко кипяченое.**	ЭЦ-102, Бел-5, Жир-5, Угл-9	419
	Итого за Полдник	ЭЦ-299, Бел-11, Жир-8, Угл-46	
	Итого за день	ЭЦ-1 496, Бел-34, Жир-67, Угл-183	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар Ядогорнова

ИП Шаповалов Н.Н. _____