(2ср)

Меню Детский сад (с 3-7 лет) 16 04 25

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Номер рецептуры
	Завтрак		
140	Суп молочный с крупой(гречневый). *молоко с мдж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар*	ЭЦ-100, Бел-4, Жир-4, Угл-12	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
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3	6
	Итого за Завтрак	ЭЦ-259, Бел-7, Жир-8, Угл-37	
	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 вермишелевый.	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12	88
180	Птица тушеная в соусе с овощами *картофель, филе цб, морковь, лук репчатый, сметана, горошек зеленый консервы, томат , мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная*	ЭЦ-164, Бел-16, Жир-5, Угл-5	319
40	Салат из моркови *морковь, сахар*	ЭЦ-21, Бел-1, Угл-5	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-546, Бел-24, Жир-9, Угл-79	
	Полдник		
70	Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой *мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная , масло растительное.*	ЭЦ-155, Бел-3, Жир-1, Угл-32	437
180	Кофейный напиток с молоком *молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток*	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14	414
	Итого за Полдник	ЭЦ-246, Бел-6, Жир-4, Угл-47	
	Итого за день	ЭЦ-1 114, Бел-38, Жир-21, Угл-178	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____ Повар _____ ИП Шаповалов Н.Н. _____