

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

08.12.25

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

Завтрак**Каша жидкая молочная**

140 **пшеничная с маслом сливочным** ЭЦ-103, Бел-4, Жир-4, Угл-13
и сахаром

молоко с мдж 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар

101

180 **Какао с молоком.** ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16
молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок

416

30 **Хлеб пшеничный(обогащенный)** ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14

560

Итого за Завтрак ЭЦ-280, Бел-10, Жир-7, Угл-43**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 .** ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9

картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная

91

60 **Котлеты, биточки, шницели** ЭЦ-240, Бел-7, Жир-20, Угл-9
рубленые.

свинина, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное

299

120 **Каша рассыпчатая ячневая с** ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5
маслом.

крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная

171

40 **Салат из свеклы отварной.** ЭЦ-38, Бел-1, Жир-2, Угл-3
свекла, масло растительное.

34

180 **Компот из сушеных фруктов.** ЭЦ-102, Угл-25
сухофрукты, сахар, кислота лимонная.

394

20 **Хлеб пшеничный(обогащенный)** ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9

560

20 **Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)** ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9

527

Итого за Обед ЭЦ-806, Бел-13, Жир-52, Угл-71**Полдник**

60 **Сдоба обыкновенная.** ЭЦ-169, Бел-5, Жир-3, Угл-31

мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная

449

180 **Чай с молоком** ЭЦ-89, Бел-3, Жир-2, Угл-14
молоко с мдж 2,5%, сахар, чай черный

413

Итого за Полдник ЭЦ-258, Бел-7, Жир-5, Угл-46**Итого за день** ЭЦ-1 408, Бел-31, Жир-65, Угл-174**250-00**

Повар

Григорьевская Е.А.

ИП Шаповалов

НН

