

19.01.26

(2ин)

МЕНЮ детский сад с 3-7 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания | Номер рецептуры |
|-----------------------------|--|---|-------------------|-----------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | |
| Каша жидкая молочная | | | | |
| 140 | пшеничная с маслом сливочным и сахаром <i>молоко с мдже 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар</i> | ЭЦ-103, Бел-4, Жир-4, Угл-13 | | 101 |
| 180 | Какао с молоком. <i>молоко с мдже 2,5%, сахар, какао-порошок</i> | ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16 | | 416 |
| 30 | Хлеб пшеничный(обогащенный) | ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14 | | 560 |
| Итого за Завтрак | | ЭЦ-280, Бел-10, Жир-7, Угл-43 | | |
| <u>Завтрак 2</u> | | | | |
| 150 | Сок в асортименте | ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15 | | 418 |
| Итого за Завтрак 2 | | ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15 | | |
| <u>Обед</u> | | | | |
| 180 | Суп картофельный с клецками . <i>картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная</i> | ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9 | | 91 |
| 60 | Котлеты, биточки, шницели рубленые. <i>свинина, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное</i> | ЭЦ-240, Бел-7, Жир-20, Угл-9 | | 299 |
| 120 | Каша рассыпчатая ячневая с маслом. <i>крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная</i> | ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5 | | 171 |
| 40 | Салат из свеклы отварной. <i>свекла, масло растительное.</i> | ЭЦ-38, Бел-1, Жир-2, Угл-3 | | 34 |
| 180 | Компот из сушеных фруктов. <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i> | ЭЦ-102, Угл-25 | | 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 | | |
| <u>Полдник</u> | | | | |
| 60 | Сдоба обыкновенная. <i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль йодированная</i> | ЭЦ-169, Бел-5, Жир-3, Угл-31 | | 449 |
| 180 | Чай с молоком <i>молоко с мдже 2,5%, сахар, чай черный</i> | ЭЦ-89, Бел-3, Жир-2, Угл-14 | | 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:
Григорьева

