

**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
<b><u>Завтрак</u></b>				
140	<b>Суп молочный с крупой(гречневый).</b> <small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-100, Бел-4, Жир-4, Угл-12		101
180	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9		410
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-234, Бел-7, Жир-7, Угл-35		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
150	<b>Сок в асортименте</b>	ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-63, Бел-1, Угл-15		
<b><u>Обед</u></b>				
180	<b>Суп картофельный вермишелевый.</b>	ЭЦ-75, Бел-2, Жир-2, Угл-12		88
150	<b>Птица тушеная в соусе с овощами</b> <small>картофель, филе цб, морковь, лук репчатый, сметана, горошек зеленый консервы, томат, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>	ЭЦ-136, Бел-13, Жир-4, Угл-4		319
40	<b>Салат из моркови</b> <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-21, Бел-1, Угл-5		42
180	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-102, Угл-25		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-427, Бел-19, Жир-6, Угл-65		
<b><u>Полдник</u></b>				
60	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой</b> <small>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное.</small>	ЭЦ-133, Бел-3, Жир-1, Угл-28		437
180	<b>Кефир</b>	ЭЦ-81, Бел-5, Жир-4, Угл-6		420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-214, Бел-8, Жир-5, Угл-34		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-938, Бел-34, Жир-19, Угл-150		



Повар *Тельмешкина С.Б.*

ИП Шаповалов

