

16.02.26

(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
-----------	--------------------	---	-------------------	-----------------

Завтрак

Каша жидкая молочная

140	пшеничная с маслом сливочным и сахаром <i>молоко с мдж 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-103, Бел-4, Жир-4, Угл-13		101
-----	--	------------------------------	--	-----

180	Какао с молоком. <i>молоко с мдж 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

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 . <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

Полдник

60	Сдоба обыкновенная. <i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная</i>	ЭЦ-169, Бел-5, Жир-3, Угл-31		449
----	--	------------------------------	--	-----

180	Чай с молоком <i>молоко с мдж 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
Свиленкова Е.А.

