(2ср)

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

04.03.26

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	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
180	Чай с сахаром (№410) *сахар, чай черный*	ЭЦ-38, Угл-9		410
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
	Итого за Завтрак	ЭЦ-234, Бел-7, Жир-7, Угл-35		
	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
150	Птица тушеная в соусе с овощами *картофель, филе цб, морковь, лук репчатый, сметана, горошек зеленый консервы, томат , мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная*	ЭЦ-136, Бел-13, Жир-4, Угл-4		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
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-427, Бел-19, Жир-6, Угл-65		
	Полдник			
60	Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой *мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная , масло растительное.*	ЭЦ-133, Бел-3, Жир-1, Угл-28		437
180	Кефир	ЭЦ-81, Бел-5, Жир-4, Угл-6		420
	Итого за Полдник	ЭЦ-214, Бел-8, Жир-5, Угл-34		
	Итого за день	ЭЦ-938, Бел-34, Жир-19, Угл-150	309-90	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар Ангелькова Л.Б. _____

ИП Шаповалов Н.Н. _____