(1пн)

МЕНЮ детский сад с 3-7лет

10.08.26

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
140	Суп молочный с вермишелью.	ЭЦ-84, Бел-3, Жир-3, Угл-10		120
	молоко с мдж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная			
180	Чай с сахаром (№410)	ЭЦ-38, Угл-9		410
	сахар, чай черный			
4	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-26, Жир-3		6
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
	Итого за Завтрак	ЭЦ-218, Бел-6, Жир-6, Угл-33		
	Завтрак 2			
80	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-54, Угл-8		386
	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-54, Угл-8		
	Обед			
180	Суп картофельный с крупой ячневый.	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-2, Угл-10		86
	картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая., масло растительное.			
150	Запеканка картофельная с мясом.	ЭЦ-222, Бел-11, Жир-9, Угл-24		308
	картофель, свинина, масло сливочное, лук репчатый, сухари панировочные			
40	Салат из белокочанной капусты.	ЭЦ-34, Бел-1, Жир-2, Угл-3		21
	капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.			
180	Компот из сушеных фруктов.	ЭЦ-102, Угл-25		394
	сухофрукты, сахар, кислота лимонная.			
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-517, Бел-17, Жир-13, Угл-81		
	Полдник			
60	Запеканка из творога с манной крупой.	ЭЦ-148, Бел-11, Жир-7, Угл-10		251
	творог, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана			
10	Соус молочный (сладкий).	ЭЦ-9, Жир-1, Угл-1		384
	молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная			
180	Чай с сахаром (№410)	ЭЦ-38, Угл-9		410
	сахар, чай черный			
	Итого за Полдник	ЭЦ-195, Бел-11, Жир-8, Угл-21		
	Итого за день	ЭЦ-985, Бел-33, Жир-27, Угл-143	309-90	

Руководитель МБОУ(МБДОУ) _____

Повар Тимошенкова Т.Г.

ИП Шаповалов Н.Н. _____