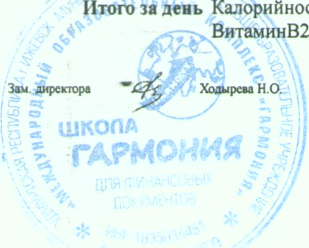


вторник

Источник Рецептуры	Номер	Выход (г)	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
Завтрак-12 комплекс Дсад					
Сб.реч.2011г.(о ошкальные организации)	7	10	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-3, ВитаминА-21	Сыр голланд. порциями.	8-25
Сб.реч.2011г.(о ошкальные организации)	314	200/10	Калорийность-299, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38, ВитаминА-60, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Молоко пастер.2.5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа овсяная "геркулес", Вода, Масса каши, Масло сливочное	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным,	20-61
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-24
Сб.реч.2011г.(о ошкальные организации)	395	180	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминА-10, ВитаминС-1 Кофейный напиток, Молоко пастер.2.5 жирн., Сахар-песок, Вода	Кофейный напиток с молоком,	8-43
Итого за Завтрак					41-53
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
Удмуртская национальная кухня		50	Калорийность-189, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-50 Мука пшеничная в/с, Второе н/ж., Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо, Сода, Лимонная кислота, Масса пауфабриката	Кекс творожный	15-83
Сборник в дошк.орг.по УР	335/1	150	Калорийность-77, Углеводы-19, ВитаминС-3 Сахар-песок, Клюква, Вода	Напиток клюквенный.	10-25
Итого за Завтрак 2					26-08
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.реч.2004г.М осква	50	40	Калорийность-92, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-3, ВитаминА-13, ВитаминС-3 Свекла красная, Сыр голландский, Чеснок, Соль поваренная пищевая., Масло растительное	Салат из свеклы с сыром.	8-20
Сб.реч.2011г.(о ошкальные организации)	82	200/10	Калорийность-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-17, ВитаминА-5, ВитаминС-13, ВитаминРР-2 Картофель, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Макароны вермишель, Морковь, Лук репчатый, Вода, Цыпята потр.1 кат.бройл.	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы,	9-74
Сб.реч.2011г.(о ошкальные организации)	249	80	Калорийность-157, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-3, ВитаминА-83, ВитаминС-1, ВитаминРР-3 Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Яйцо, Молоко пастер.2.5 жирн., Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса припущ.рыбы	Рыба,запеченная в омлете	43-42
Сб.реч.2011г.(о ошкальные организации)	166	150	Калорийность-182, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-35, ВитаминА-20, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Рис пропаренный, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Вода	Рис припущенный с овощами.	10-78
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-66
Сборник в дошк.орг.по УР	311	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб дарницкий	2-43
Сборник в дошк.орг.по УР	253/2	180	Калорийность-149, Белки-2, Углеводы-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода	Компот из кураги,	6-07
Итого за Обед					83-30
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сб.реч.2008 Ижевск	3	50	Калорийность-30, Жиры-3, Углеводы-1, ВитаминС-7 Помидоры свежие, Огурцы свежие, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зелень п-ф	Салат из свеж.помидоров и огурцов	14-22
Сб.реч.2004г.М осква	451	35	Калорийность-71, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-6, ВитаминРР-1 Масло растительное, Соль поваренная пищевая., Сахари папировочные, Хлеб пшеничный, Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Вода, Масса пауфабриката	Биточки рубленые.	16-03
Сб.реч.2011г.(о ошкальные организации)	344	100	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминА-19, ВитаминС-18, ВитаминРР-1 Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста белокок.свежая, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Тампная паста, Соль поваренная пищевая., Сахар-песок, Масса соус	Рагу овощное	8-41
Сборник в дошк.орг.по УР	310	20	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-10	Хлеб пшеничный,	1-33
Сборник в дошк.орг.по УР	267	180	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-180 Плоды шиповника,сах., Сахар-песок, Вода	Напиток из плодов шиповника.	4-90
Сборник в дошк.орг.по УР	250/2	77	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-10, ВитаминС-44 Апельсины, Сахар-песок	Апельсины.	16-27
Итого за Полдник					61-16
Итого за день					212-07



Зам. директора Ходырева Н.О. Повар Климова Е.А. Калькулятор Никитина Т.В.