

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.(@ ошкальные организации)	7	10	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-3, ВитаминА-21	Сыр голланд. порциями.	5-26
Сб.реч.2011г.(@ ошкальные организации)	314	200/10	Калорийность-302, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-44, ВитаминА-59, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа рисовая, Крупа пшено, Вода, Масса каши, Масло сливочное	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным,	18-90
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-24
Сб.реч.2004г.М осква	692	200	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23, ВитаминА-20, ВитаминС-1 Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок	Кофейный напиток с молоком	10-10
Итого за Завтрак					38-50
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
Сборник в дошк.орг.по УР	309	30	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-3	Печенье сахарное,	4-42
Сб.реч.2004г.М осква	1700	200	Калорийность-103, Углеводы-25, ВитаминС-4 Сахар-песок, Клюква, Вода	Напиток клюквенный	14-41
Итого за Завтрак 2					18-83
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.реч.2011г.(@ ошкальные организации)	25	50	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35, ВитаминС-44, ВитаминРР-3 Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Лук зеленый, Огурцы свежие, Зелень п-ф, Масло растительное	Салат из картофеля с зеленым горошком	8-09
Сб.реч.2004г.М осква	135	250/12,5/10	Калорийность-156, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-12, ВитаминА-21, ВитаминС-23, ВитаминРР-2 Капуста белокоп.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Зеленый горошек, Цыпленок потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана, Зелень п-ф, Приправы	Суп из овощей с мясом птицы со сметаной	14-84
Сб.реч.2004г.М осква	462	80	Калорийность-197, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-11, ВитаминС-2, ВитаминРР-2 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Крупа рисовая, Соль поваренная пищевая., Масса полуфабриката	Тефтели с рисом	32-27
Сборник в дошк.орг.по УР	125	150	Калорийность-256, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-31, ВитаминА-62, ВитаминРР-1 Макаронные изделия, Вода, Соль поваренная пищевая., Сыр голландский, Масло сливочное	Макаронные изделия отварные с сыром	18-16
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
Сб.реч.2004г.М осква	631	200	Калорийность-138, Углеводы-34, ВитаминС-15 Сахар-песок, Лимонная кислота, Апельсины, Яблоки, Вода	Компот из свежих плодов	10-12
Итого за Обед					88-57
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сб.реч.2011г.(@ ошкальные организации)	20	50	Калорийность-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-19 Капуста белокоп.свежая, Морковь, Лук зеленый, Лимонная кислота, Сахар-песок, Зелень п-ф, Масло растительное	Салат из белокочанной капусты,	3-13
Сб.реч.2011г.(@ ошкальные организации)	291	160/5	Калорийность-206, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-23, ВитаминА-34, ВитаминС-24, ВитаминРР-3 Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Картофель, Лук репчатый, Сухари панировочные	Запеканка картофельная с мясом	46-76
Сб.реч.2008 Ижевск	141	20	Калорийность-14, Жиры-1, Углеводы-2, ВитаминА-4, ВитаминС-1 Вода, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Таматная паста, Сахар-песок	Соус томатный	1-66
Сборник в дошк.орг.по УР	310	20	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-10	Хлеб пшеничный,	1-33
		50	Калорийность-3 540, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-773, ВитаминА-70, ВитаминС-4	Вафли	12-01
Сб.реч.2004г.М осква	685	200	Калорийность-60, Углеводы-15 Сахар-песок, Чай каркаде, Вода	Чай каркаде с сахаром	2-89
		90	Белки-1, Углеводы-12	Мандарины	19-78
Итого за Полдник					87-56
Итого за день					233-46



Зам. директора

Ходякова Н.О.

Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.