

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. (до школьные организации)	7	10	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-3, ВитаминА-21	Сыр голланд. порциями.	5-28
Сб.реч. 2011г. (до школьные организации)	314	150/7,5	Калорийность-225, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-45, ВитаминС-1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным,	10-15
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-65
Сб.реч. 2011г. (до школьные организации)	395	150	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминА-8, ВитаминС-1	Кофейный напиток с молоком ,	5-85
			Кофейный напиток, Молоко пастер. 2,5 жирн. , Сахар-песок, Вода		
Итого за Завтрак			Калорийность-422, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-60, ВитаминА-74, ВитаминС-2		25-93
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
		30/шт.	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-3	Печенье сахарное	4-61
Сборник в дошк.орг.по УР	335/1	150	Калорийность-77, Углеводы-19, ВитаминС-3	Напиток клюквенный.	9-37
			Сахар-песок, Клюква, Вода		
Итого за Завтрак 2			Калорийность-205, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-40, ВитаминА-3, ВитаминС-3		13-98
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.реч. 2008 Ижевск	16	40	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2, ВитаминС-18	Салат из свеж.кап.со сладким перцем,свеж.помид.с морковью	3-58
			Капуста белокоч.свежая, Перец сладкий, Помидоры свежие, Морковь, Соль поваренная пищевая., Зелень п-ф, Масло растительное		
Сб.реч. 2011г. (до школьные организации)	82	200/10	Калорийность-125, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-17, ВитаминА-5, ВитаминС-13, ВитаминРР-2	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы,	8-26
			Картофель, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Макароны вермишель, Морковь, Лук репчатый, Вода, Цыплята потр.1 кат.бройл.		
Сб.реч. 2011г. (до школьные организации)	249	80	Калорийность-157, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-3, ВитаминА-83, ВитаминС-1, ВитаминРР-3	Рыба,запеченная в омлете	35-70
			Горбуша потр.обезглавлен.морожен., Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Яйцо, Молоко пастер.2,5 жирн. , Соль поваренная пищевая., Приправы, Масса припущ.рыбы		
Сборник в дошк.орг.по УР	268/1	150	Калорийность-227, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1	Каша гречневая рассыпчатая..	8-52
			Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Крупа гречневая., Вода		
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-74
Сборник в дошк.орг.по УР	311	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб дарницкий	2-66
Сборник в дошк.орг.по УР	253/2	180	Калорийность-149, Белки-2, Углеводы-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Компот из кураги,	6-22
			Курага, Сахар-песок, Лимонная кислота, Вода		
Итого за Обед			Калорийность-885, Белки-37, Жиры-24, Углеводы-132, ВитаминА-109, ВитаминВ2-1, ВитаминС-34, ВитаминРР-7		67-68
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сборник в дошк.орг.по УР	200/2	130	Калорийность-308, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-23, ВитаминА-31, ВитаминС-4, ВитаминРР-5	Плов из птицы,	29-46
			Цыплята потр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Таматная паста., Приправы, Соль поваренная пищевая.		
Сборник в дошк.орг.по УР	310	20	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-10	Хлеб пшеничный,	1-37
Сборник в дошк.орг.по УР	267	150	Калорийность-102, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-150	Напиток из плодов шиповника.	4-05
			Плоды шиповника сух., Сахар-песок, Вода		
Сборник в дошк.орг.по УР	248/2	100	Калорийность-42, Углеводы-10, ВитаминС-5	Груши	23-50
Итого за Полдник			Калорийность-498, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-64, ВитаминА-31, ВитаминС-159, ВитаминРР-6		58-38
Итого за день			Калорийность-2 010, Белки-73, Жиры-62, Углеводы-296, ВитаминА-218, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-198, ВитаминРР-13		165-97

Зам. директора

Хозяйка И.О.

Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

