

пятница

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					
Сборник в доик.орг.по УР	130	20/1/2шт.	Калорийность-33, Белки-3, Жиры-2, ВитаминА-53	Яйца вареные	5-40
Сб.рец.2004г.Москва	302	150/7,5	Калорийность-231, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-34, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1	Каши пшеничная на молоке с маслом сливочным	11-39
Сборник в доик.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-24
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	397	180	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком,	8-71
Итого за Завтрак			Калорийность-512, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-80, ВитаминА-117, ВитаминС-2, ВитаминРР-1		29-74
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
		60/1шт.	Калорийность-216, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-44	Пряники глазированные	7-90
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	401	200	Калорийность-1 280, Белки-48, Жиры-48, Углеводы-176	Йогурт фруктовый	23-13
Итого за Завтрак 2			Калорийность-1 496, Белки-51, Жиры-51, Углеводы-220		31-03
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2004г.Удмуртская кухня	1	50	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-25, ВитаминС-7	Салат "Удмуртский"	7-35
Сб.рец.2011г.(дошкольные организации)	76	200/10/8	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14, ВитаминА-17, ВитаминС-14, ВитаминРР-2	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной.	10-05
Сборник в доик.орг.по УР	54-25м	80	Калорийность-164, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-3, ВитаминА-36, ВитаминС-3, ВитаминРР-3	Птица, тушеная с морковью	20-00
Сб.рец.2004г.Москва	332	150	Калорийность-207, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	6-50
Сборник в доик.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-64
Сборник в доик.орг.по УР	311	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб дарницкий	2-43
Сб.рец.2004г.Москва	631	180	Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-14	Компот из свежих плодов	6-45
Итого за Обед			Калорийность-899, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-127, ВитаминА-99, ВитаминС-39, ВитаминРР-6		55-42
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сборник в доик.орг.по УР	23	50	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7, ВитаминС-2, ВитаминРР-1	Салат из моркови с курагой	3-80
Сб.рец.2004г.Москва	366	80/15	Калорийность-216, Белки-18, Жиры-3, Углеводы-28, ВитаминА-20, ВитаминРР-1	Запеканка творожная с повидлом	27-19
Сб.рец.2004г.Москва	685	200	Калорийность-60, Углеводы-15	Чай каркаде с сахаром	2-57
		90	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-9, ВитаминС-9, ВитаминРР-1	Слива	13-05
Итого за Полдник			Калорийность-348, Белки-20, Жиры-3, Углеводы-59, ВитаминА-20, ВитаминС-12, ВитаминРР-2		46-61
Итого за день			Калорийность-3 256, Белки-114, Жиры-101, Углеводы-486, ВитаминА-236, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-53, ВитаминРР-8		162-80



Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.