

четверг

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.реп.2011г.(0 ошкальные организации)	6	10	Калорийность-66, Жиры-7, ВитаминА-40	Масло сливочное ..	5-47
Сб.реп.2011г.(0 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,	14-53
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-24
Сб.реп.2004г.М осква	692	180	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-21, ВитаминА-18, ВитаминС-1 Кофейный напиток, Молоко пастер.2,5 жирн. , Сахар-песок	Кофейный напиток с молоком	7-92
Итого за Завтрак					32-16
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,	4-54
Сб.реп.2004г.М осква	698	180	Калорийность-138, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-16, ВитаминС-1 Кефир 2,5% т.л., Сахар-песок	Кефир с сахаром	9-59
Итого за Завтрак 2					14-13
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.реп.2011г.(0 ошкальные организации)	17	50	Калорийность-37, Жиры-3, Углеводы-3, ВитаминС-10 Морковь, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Яблоки, Зелень п-ф, Соль поваренная пищевая., Масло растительное	Салат из свежих овощей с яблоками	8-56
Сб.реп.2011г.(0 ошкальные организации)	57	250/12,5/10	Калорийность-159, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-13, ВитаминА-21, ВитаминС-21, ВитаминРР-2 Свекла красная, Капуста белокоч.свежая, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Таматная паста , Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Лимонная кислота, Цыплята потр.1 кат.бройл., Вода, Сметана	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет..	12-88
Сборник в дошк.орг.по УР	200/2	200	Калорийность-474, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-35, ВитаминА-48, ВитаминС-6, ВитаминРР-8 Цыплята потр.1 кат.бройл., Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Рис пропаренный, Таматная паста , Соль поваренная пищевая.	Плов из птицы,	49-98
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-65
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	335/1	180	Калорийность-92, Углеводы-22, ВитаминС-3 Сахар-песок, Клюква, Вода	Напиток клюквенный.	11-24
Итого за Обед					87-74
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сб.реп.2008 Ижевск	87	80	Калорийность-141, Белки-19, Жиры-5, Углеводы-4, ВитаминА-37, ВитаминРР-4 Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Масса полуфабриката, Яйцо, Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая.	Суфле из отварного мяса с рисом	54-20
Сборник в дошк.орг.по УР	208/1	100	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24, ВитаминА-14, ВитаминРР-1 Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Крупа гречневая , Вода	Каша гречневая рассыпчатая..	5-73
Сб.реп.1983г.	1091	50	Калорийность-139, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминА-1 722, ВитаминС-7, ВитаминРР-2 Мука пшеничная в/с, Дрожжи пресованные , Соль поваренная пищевая., Сахар-песок, Масло растительное, Вода, Масса теста, Печень говяж., Перец черный молотый, Лук репчатый, Масса фарша, Масса полуфабриката, Яйцо	Пирожки печенные с печенью говяж.	9-15
Сб.реп.2004г.М осква	631	180	Калорийность-124, Углеводы-30, ВитаминС-14 Сахар-песок, Лимонная кислота, Киви, Яблоки, Вода	Компот из свежих плодов	9-78
		150	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-12, ВитаминС-90	Апельсины	28-35
Итого за Полдник					107-21
Итого за день					241-24
Калорийность-2 418, Белки-93, Жиры-86, Углеводы-322, ВитаминА-1 963, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-2, ВитаминС-156, ВитаминРР-18					

Зам. директора

Ходырева Н.О.

Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

