

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.рец.2011г.(до школьные организации)	6	10	Калорийность-66, Жиры-7, ВитаминА-40	Масло сливочное ..	5-73
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	314	150/7.5	Калорийность-225, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-45, ВитаминС-1	Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным,	11-38
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-25
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	397	180	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминА-20, ВитаминС-1	Какао с молоком,	8-81
Итого за Завтрак			Калорийность-540, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-75, ВитаминА-105, ВитаминС-2, ВитаминРР-1		30-17
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
		30/2 шт.	Калорийность-2 124, Белки-17, Жиры-20, Углеводы-464, ВитаминА-42, ВитаминС-2	Вафли	7-50
Сб.рец.2004г.М осква	698	200	Калорийность-15 038, Белки-533, Жиры-610, Углеводы-1 731, ВитаминА-6, ВитаминВ1-6, ВитаминВ2-32, ВитаминС-133, ВитаминРР-27	Кефир с сахаром	10-66
Итого за Завтрак 2			Калорийность-17 162, Белки-550, Жиры-629, Углеводы-2 195, ВитаминА-48, ВитаминВ1-6, ВитаминВ2-33, ВитаминС-136, ВитаминРР-27		18-16
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2004г.Уд муртская кухня	25	50	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-4, ВитаминС-5	Салат "Степной"	5-57
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	57	200/10/8	Калорийность-127, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-10, ВитаминА-17, ВитаминС-17, ВитаминРР-1	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со смет.	10-76
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	310	85/5	Калорийность-408, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-3, ВитаминА-101, ВитаминС-3, ВитаминРР-8	Суфле куриное	47-06
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	166	150	Калорийность-1 455, Белки-33, Жиры-7, Углеводы-332, ВитаминА-20, ВитаминС-1, ВитаминРР-8	Рис припущенный с овощами.	8-70
Сборник в дошк.орг.по УР	310	40	Калорийность-90, Белки-3, Углеводы-20, ВитаминС-1	Хлеб пшеничный,	2-64
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	Компот из кураги,	6-10
Итого за Обед			Калорийность-2 408, Белки-72, Жиры-55, Углеводы-424, ВитаминА-138, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-29, ВитаминРР-19		83-26
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сборник в дошк.орг.по УР	208/1	150	Калорийность-227, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36, ВитаминА-21, ВитаминРР-1	Каши гречневая рассыпчатая..	8-77
Сборник в дошк.орг.по УР	402	50	Калорийность-6, Углеводы-1, ВитаминС-4	Огурцы свежие.	3-80
Сб.рец.2004г.М осква	738	50	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21, ВитаминА-13, ВитаминС-9	Пирожки печеные с капустой и яйцом	3-96
Сб.рец.2004г.М осква	685	150	Калорийность-45, Углеводы-11	Чай каркаде с сахаром	1-94
		90	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-9, ВитаминС-9, ВитаминРР-1	Слива	13-27
Итого за Полдник			Калорийность-460, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-77, ВитаминА-34, ВитаминС-22, ВитаминРР-2		31-74
Итого за день			Калорийность-20 571, Белки-649, Жиры-716, Углеводы-2 772, ВитаминА-325, ВитаминВ1-7, ВитаминВ2-34, ВитаминС-188, ВитаминРР-48		163-33

Зав. директора

Ходырева Н.О.

Зав. производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

