

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 дошк.орг.по УР	130	20/1/2шт.	Калорийность-33, Белки-3, Жиры-2, ВитаминА-53	Яйца вареные	5-31
Сб.рец.2004г.Москва	302	150/7,5	Калорийность-231, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-34, ВитаминА-45, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Соль поваренная пищевая., Крупа пшеничная, Вода, Масса каши, Масло сливочное</i>	Каша пшеничная на молоке с маслом сливочным	10-30
Сборник в дошк.орг.по УР	317	40	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	Батон,	4-27
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	397	150	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, ВитаминА-17, ВитаминС-1 <i>Какао-порошок, Молоко пастер.2,5 жирн., Сахар-песок, Вода</i>	Какао с молоком,	6-10
Итого за Завтрак			Калорийность-488, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-76, ВитаминА-114, ВитаминС-2, ВитаминРР-1		25-98
Завтрак 2-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	401	180	Калорийность-1 770, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-387, ВитаминА-35, ВитаминС-2 <i>Калорийность-1 152, Белки-43, Жиры-43, Углеводы-158</i>	Вафли Йогурт фруктовый	6-55 14-87
Итого за Завтрак 2			Калорийность-2 922, Белки-57, Жиры-60, Углеводы-545, ВитаминА-35, ВитаминС-2		21-42
Обед-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	20	50	Калорийность-45, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-19 <i>Капуста белокоч.свежая, Морковь, Лук зеленый, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Зелень п-ф</i>	Салат из белокочанной капусты,	3-21
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	76	200/10/8	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-14, ВитаминА-17, ВитаминС-14, ВитаминРР-2 <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Соль поваренная пищевая., Масло растительное, Крупа перловая, Вода, Цыплята попр.1 кат.бройл., Сметана</i>	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной.	9-66
Сборник в дошк.орг.по УР	176/2	120	Калорийность-202, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-21, ВитаминС-27, ВитаминРР-4 <i>Мясо говядина полуф.заморож.в блоках для дет.питания, Лук репчатый, Таматная паста, Картофель, Масло сливочное, Соль поваренная пищевая., Морковь</i>	Жаркое по-домашнему,	36-46
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	2-47
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	376	150	Калорийность-107, Углеводы-26 <i>Сахар-песок, Сухофрукты, Вода, Лимонная кислота</i>	Компот из смеси сухофруктов.	2-80
Итого за Обед			Калорийность-681, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-106, ВитаминА-17, ВитаминС-60, ВитаминРР-6		57-24
Полдник-12 комплекс Дсад					
Сб.рец.2011г.(до школьные организации)	235	100/30	Калорийность-301, Белки-19, Жиры-5, Углеводы-45, ВитаминА-35, ВитаминС-1, ВитаминРР-1 <i>Творог н.ж., Крупа манная, Сахар-песок, Яйцо, Изюм, Ванилин, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана, Масса говяжьего пудинга, Повидло</i>	Пудинг творожный с повидлом	34-07
Сборник в дошк.орг.по УР	309	30	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22, ВитаминА-3	Печенье сахарное,	6-16
Сб.рец.2004г.Москва	685	200	Калорийность-60, Углеводы-15 <i>Сахар-песок, Чай каркаде, Вода</i>	Чай каркаде с сахаром	2-70
			Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-8, ВитаминС-8, ВитаминРР-1	Слива	15-87
Итого за Полдник			Калорийность-524, Белки-22, Жиры-10, Углеводы-90, ВитаминА-38, ВитаминС-9, ВитаминРР-1		58-80
Итого за день			Калорийность-4 615, Белки-118, Жиры-103, Углеводы-817, ВитаминА-203, ВитаминВ1-1, ВитаминВ2-1, ВитаминС-73, ВитаминРР-8		163-44

Зам. директора

Ходырева И.О.

Зав.производством

Климова Е.А.

Бухгалтер

Никитина Т.В.

