(2пн)

МЕНЮ с 1 года до 3 лет и с 3-7 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
	Завтрак			
150	Суп молочный с овсяной крупой	ЭЦ-112, Бел-4, Жир-4, Угл-13		101
	молоко с мдж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная			
215	Молоко кипяченое.	ЭЦ-122, Бел-7, Жир-6, Угл-11		419
30	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	Масло сливочное(порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		6
	Итого за Завтрак	ЭЦ-337, Бел-13, Жир-14, Угл-38		
	Завтрак 2			
100	Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)	ЭЦ-68, Угл-10		386
	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-68, Угл-10		
	Обед			
180	Суп картофельный с клецками .	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-9		91
	картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная			
70	Рыба , тушенная с овощами	ЭЦ-71, Бел-7, Жир-4, Угл-2		261
	минтай, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат			
120	Макароны отварные с маслом.	ЭЦ-127, Бел-4, Жир-3, Угл-21		219
	макароны, масло сливочное			
50	Салат из белокочанной капусты.	ЭЦ-43, Бел-1, Жир-3, Угл-4		21
	капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.			
180	Компот из сушеных фруктов.	ЭЦ-102, Угл-25		394
	сухофрукты, сахар, кислота лимонная.			
20	Хлеб пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
	Итого за Обед	ЭЦ-498, Бел-17, Жир-12, Угл-80		
	Полдник			
50	Печенье .	ЭЦ-209, Бел-4, Жир-5, Угл-37		332
180	Ряженка	ЭЦ-92, Бел-5, Жир-5, Угл-8		420
	Итого за Полдник	ЭЦ-301, Бел-9, Жир-9, Угл-45		
	Итого за день	ЭЦ-1 203, Бел-39, Жир-36, Угл-173	272-63	

Руководитель МБОУ СШ №1 _____

Повар _____

ИП Шаповалов М.Н. _____