

## (Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
30/5	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b> <i>батон "Вябинушка", масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-116, Бел-2, Жир-4, Угл-171
150/5/1	<b>Макароны отварные с маслом, сыром</b> <i>макароны, сыр полутвердый 50%, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-312, Бел-11, Жир-11, Угл-42
200	<b>Какао на сгущенном молоке</b> <i>молоко цельное сгущенное с сахаром, какао-порошок</i>	Ккал-130, Бел-6, Жир-9, Угл-22
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-558, Бел-19, Жир-24, Угл-235
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	<b>Яблоко свежее</b>	Ккал-47, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-47, Угл-10
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>суп картофельный с бобовыми</b> <i>бульон, картофель, фасоль натуральная консервированная, морковь св., лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное раф., зелень (укроп, петрушка)</i>	Ккал-88, Бел-2, Жир-4, Угл-10
80	<b>Котлета рубленая из птицы (цыплята)</b> <i>тушка цыпленка 1 категории, молоко питьевое пастериз. 2,5%, хлеб белый пшеничный, сухари панировочные, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-208, Бел-13, Жир-11, Угл-14
130	<b>Каша пшеничная с маслом</b> <i>крупа пшеничная, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-139, Бел-4, Жир-4, Угл-21
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Ккал-90, Бел-3, Угл-18
30	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	Ккал-73, Бел-2, Угл-15
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок</i>	Ккал-150, Бел-1, Жир-4, Угл-27
40	<b>Помидор свежий</b>	Ккал-8, Угл-1
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-756, Бел-25, Жир-23, Угл-106
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Соус молочный (сладкий)</b> <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, мука пшеничная в/с, масло сладко-сливочное 72,5%, сахар-песок</i>	Ккал-42, Бел-1, Жир-2, Угл-4
200/8/7	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	Ккал-36, Угл-8
150	<b>Запеканка из творога</b> <i>яйцо куриное пищевое, творог 5% жирн., сахар-песок, крупа манная, сметана 15%, масло сладко-сливочное 72,5%, сухари панировочные, ванилин</i>	Ккал-280, Бел-23, Жир-12, Угл-21
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-358, Бел-24, Жир-14, Угл-33
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Молоко кипяченое</b>	Ккал-78, Бел-4, Жир-4, Угл-7
15	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-114, Бел-5, Жир-4, Угл-14
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 833, Бел-73, Жир-65, Угл-398

Заведующий \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Н.М.Павлова

стоимость 179,66 руб