|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***16.08.2023 (Ясли, 1ср)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Ясли)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | | | | | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | | | | | | |
| ***Завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***23*** | ***Бутерброд с маслом*** | | | | | Ккал.-78, белки-1, жиры-4, углев.-9 | | | | | | |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***153*** | ***Каша жидкая молочная манная*** | | | | | Ккал.-165, белки-5, жиры-7, углев.-21, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***150*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-87, белки-3, жиры-3, углев.-13, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-330, белки-9, жиры-14, углев.-43, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***53*** | ***Яблоки свежие*** | | | | | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***31*** | ***Икра овощная*** | | | | | Ккал.-34, белки-1, жиры-2, углев.-4, Витамин С-3 | | | | | | |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***156*** | ***Суп картофельный с мясными фрикадельками*** | | | | | Ккал.-78, белки-4, жиры-4, углев.-6, Витамин С-7 | | | | | | |
|  | *картофель, говядина 1 кат., морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), яйцо столовое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***83*** | ***Котлета рубленая из птицы запеченая с соусом молочным*** | | | | | Ккал.-175, белки-8, жиры-13, углев.-7, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *куриные грудки филе, соус молочный ( для запекания), молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло растительное, сыр твердый, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***78*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-109, белки-4, жиры-3, углев.-16 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***149*** | ***Компот из свежих фруктов*** | | | | | Ккал.-57, углев.-14, Витамин С-3 | | | | | | |
|  | *груша, яблоки, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***31*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-54, белки-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-507, белки-19, жиры-22, углев.-57, Витамин С-14 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***115*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-61, белки-3, жиры-3, углев.-5, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***76*** | ***Ватрушка с творогом*** | | | | | Ккал.-222, белки-11, жиры-5, углев.-33 | | | | | | |
|  | *мука пшеничная, творог 5% -9%, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, яйцо столовое, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая, дрожжи сухие, масло растительное, ванилин* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-283, белки-14, жиры-8, углев.-38, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***184*** | ***Рагу овощное*** | | | | | Ккал.-140, белки-4, жиры-4, углев.-21, Витамин С-38 | | | | | | |
|  | *картофель, капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, сметана 15%, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***152*** | ***Чай с сахаром*** | | | | | Ккал.-30, углев.-8 | | | | | | |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-47, белки-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-217, белки-6, жиры-4, углев.-39, Витамин С-38 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 362, белки-48, жиры-48, углев.-182, Витамин С-61 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик | |  |  | Калькулятор |  |  |  | Заведующий д/с |  |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***16.08.2023 (Сад, 1ср)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | | | | | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | | | | | | |
| ***Завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***24*** | ***Бутерброд с маслом*** | | | | | Ккал.-81, белки-1, жиры-4, углев.-9 | | | | | | |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***169*** | ***Каша жидкая молочная манная*** | | | | | Ккал.-182, белки-6, жиры-8, углев.-23, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***180*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-105, белки-4, жиры-3, углев.-15, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-368, белки-11, жиры-15, углев.-47, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***53*** | ***Яблоки свежие*** | | | | | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***51*** | ***Икра овощная*** | | | | | Ккал.-57, белки-1, жиры-3, углев.-6, Витамин С-6 | | | | | | |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***181*** | ***Суп картофельный с мясными фрикадельками*** | | | | | Ккал.-90, белки-5, жиры-5, углев.-7, Витамин С-9 | | | | | | |
|  | *картофель, говядина 1 кат., морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), яйцо столовое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***112*** | ***Котлета рубленая из птицы запеченая с соусом молочным*** | | | | | Ккал.-236, белки-11, жиры-17, углев.-9, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *куриные грудки филе, соус молочный ( для запекания), молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло растительное, сыр твердый, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***107*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-149, белки-5, жиры-4, углев.-22 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***179*** | ***Компот из свежих фруктов*** | | | | | Ккал.-68, углев.-16, Витамин С-4 | | | | | | |
|  | *груша, яблоки, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***39*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-68, белки-3, углев.-13 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-668, белки-25, жиры-29, углев.-73, Витамин С-20 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***133*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-70, белки-4, жиры-3, углев.-5, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***76*** | ***Ватрушка с творогом*** | | | | | Ккал.-222, белки-11, жиры-5, углев.-33 | | | | | | |
|  | *мука пшеничная, творог 5% -9%, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, яйцо столовое, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая, дрожжи сухие, масло растительное, ванилин* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-292, белки-15, жиры-8, углев.-38, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***214*** | ***Рагу овощное*** | | | | | Ккал.-163, белки-4, жиры-5, углев.-25, Витамин С-45 | | | | | | |
|  | *картофель, капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, сметана 15%, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | | | | | Ккал.-40, углев.-10 | | | | | | |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-71, белки-2, углев.-15 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-274, белки-6, жиры-5, углев.-50, Витамин С-45 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 627, белки-57, жиры-57, углев.-213, Витамин С-74 | | | | | | |