|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***17.07.2023 (Ясли, 1пн)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***149*** | ***Каша вязкая молочная геркулесовая*** | | | | | Ккал.-166, белки-6, жиры-7, углев.-20, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлопья «геркулес», масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***148*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | | | | | Ккал.-79, белки-2, жиры-2, углев.-13, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-323, белки-9, жиры-13, углев.-42, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***80*** | ***Апельсины*** | | | | | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***37*** | ***Салат из свеклы*** | | | | | Ккал.-35, белки-1, жиры-2, углев.-4, Витамин С-4 | | | | | | |
|  | *свекла, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***166*** | ***Щи из свежей капусты с мясом со сметаной*** | | | | | Ккал.-65, белки-2, жиры-4, углев.-6, Витамин С-19 | | | | | | |
|  | *капуста белокачанная, картофель, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***55*** | ***Тефтели мясные в соусе сметанном*** | | | | | Ккал.-128, белки-6, жиры-8, углев.-8, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *говядина 1 кат., соус сметанный, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, мука пшеничная, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***98*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | | | | | Ккал.-137, белки-4, жиры-3, углев.-25 | | | | | | |
|  | *макаронные изделия, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***145*** | ***Компот из ягод*** | | | | | Ккал.-40, углев.-10, Витамин С-19 | | | | | | |
|  | *смородина замороженная, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***29*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-50, белки-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-455, белки-15, жиры-17, углев.-63, Витамин С-43 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***149*** | ***Молоко кипяченое*** | | | | | Ккал.-80, белки-4, жиры-4, углев.-7, Витамин С-2 | | | | | | |
| ***10*** | ***Пряник*** | | | | | Ккал.-37, белки-1, углев.-8 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-117, белки-5, жиры-4, углев.-15, Витамин С-2 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***175*** | ***Птица тушеная в соусе с овощами*** | | | | | Ккал.-213, белки-9, жиры-11, углев.-18, Витамин С-20 | | | | | | |
|  | *картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, горошек зеленый консерв., масло растительное, мука пшеничная, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***161*** | ***Чай с сахаром и лимоном*** | | | | | Ккал.-34, углев.-8, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-47, белки-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-294, белки-11, жиры-11, углев.-36, Витамин С-22 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 223, белки-41, жиры-45, углев.-162, Витамин С-118 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик | |  |  | Калькулятор |  |  |  | Заведующий д/с |  |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***17.07.2023 (Сад, 1пн)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***169*** | ***Каша вязкая молочная геркулесовая*** | | | | | Ккал.-188, белки-6, жиры-8, углев.-23, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлопья «геркулес», масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***177*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | | | | | Ккал.-95, белки-3, жиры-2, углев.-16, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-361, белки-10, жиры-14, углев.-48, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***80*** | ***Апельсины*** | | | | | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***56*** | ***Салат из свеклы*** | | | | | Ккал.-53, белки-1, жиры-3, углев.-6, Витамин С-6 | | | | | | |
|  | *свекла, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***194*** | ***Щи из свежей капусты с мясом со сметаной*** | | | | | Ккал.-76, белки-3, жиры-4, углев.-7, Витамин С-22 | | | | | | |
|  | *капуста белокачанная, картофель, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***79*** | ***Тефтели мясные в соусе сметанном*** | | | | | Ккал.-184, белки-8, жиры-12, углев.-12, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *говядина 1 кат., соус сметанный, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, лук репчатый, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, мука пшеничная, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***108*** | ***Макаронные изделия отварные с маслом*** | | | | | Ккал.-151, белки-4, жиры-3, углев.-27 | | | | | | |
|  | *макаронные изделия, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***187*** | ***Компот из ягод*** | | | | | Ккал.-51, углев.-12, Витамин С-25 | | | | | | |
|  | *смородина замороженная, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***37*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-64, белки-2, углев.-12 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-579, белки-18, жиры-22, углев.-76, Витамин С-54 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***198*** | ***Молоко кипяченое*** | | | | | Ккал.-107, белки-6, жиры-5, углев.-10, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***35*** | ***Пряник*** | | | | | Ккал.-128, белки-2, жиры-2, углев.-26 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-235, белки-8, жиры-7, углев.-36, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***213*** | ***Птица тушеная в соусе с овощами*** | | | | | Ккал.-260, белки-11, жиры-14, углев.-22, Витамин С-25 | | | | | | |
|  | *картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, горошек зеленый консерв., масло растительное, мука пшеничная, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***208*** | ***Чай с сахаром и лимоном*** | | | | | Ккал.-44, углев.-11, Витамин С-3 | | | | | | |
|  | *сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-71, белки-2, углев.-15 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-375, белки-13, жиры-14, углев.-48, Витамин С-28 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 584, белки-50, жиры-57, углев.-214, Витамин С-136 | | | | | | |