|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***02.08.2023 (Ясли, 1ср)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Ясли)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | | | | | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | | | | | | |
| ***Завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***26*** | ***Бутерброд с маслом*** | | | | | Ккал.-88, белки-2, жиры-4, углев.-10 | | | | | | |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***156*** | ***Каша жидкая молочная манная*** | | | | | Ккал.-168, белки-5, жиры-7, углев.-21, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***153*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-89, белки-3, жиры-3, углев.-13, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-345, белки-10, жиры-14, углев.-44, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***52*** | ***Яблоки свежие*** | | | | | Ккал.-24, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
| ***125*** | ***Сок фруктовый*** | | | | | Ккал.-58, белки-1, углев.-13, Витамин С-3 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-82, белки-1, углев.-18, Витамин С-8 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***30*** | ***Икра овощная*** | | | | | Ккал.-33, белки-1, жиры-2, углев.-3, Витамин С-3 | | | | | | |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***151*** | ***Суп картофельный с мясными фрикадельками*** | | | | | Ккал.-75, белки-4, жиры-4, углев.-5, 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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***84*** | ***Котлета рубленая из птицы запеченая с соусом молочным (без сыра)*** | | | | | Ккал.-171, 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, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***79*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-110, белки-4, жиры-3, углев.-16 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***148*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | | | | | Ккал.-61, углев.-15 | | | | | | |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***33*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-57, белки-2, углев.-11 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-507, белки-19, жиры-22, углев.-57, Витамин С-11 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***168*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-89, белки-5, жиры-4, углев.-7, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***75*** | ***Ватрушка с творогом*** | | | | | Ккал.-219, 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.-308, белки-16, жиры-9, углев.-40, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***179*** | ***Рагу овощное*** | | | | | Ккал.-136, белки-3, жиры-4, углев.-21, Витамин С-37 | | | | | | |
|  | *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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***21*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-49, белки-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-215, белки-5, жиры-4, углев.-39, Витамин С-37 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 457, белки-51, жиры-49, углев.-198, Витамин С-60 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик | |  |  | Калькулятор |  |  |  | Заведующий д/с |  |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***02.08.2023 (Сад, 1ср)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | | | | | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | | | | | | |
| ***Завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***27*** | ***Бутерброд с маслом*** | | | | | Ккал.-91, белки-2, жиры-5, углев.-11 | | | | | | |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***172*** | ***Каша жидкая молочная манная*** | | | | | Ккал.-186, белки-6, жиры-8, углев.-23, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***183*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-106, белки-4, жиры-3, углев.-16, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-383, белки-12, жиры-16, углев.-50, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***52*** | ***Яблоки свежие*** | | | | | Ккал.-24, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-24, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***50*** | ***Икра овощная*** | | | | | Ккал.-56, белки-1, жиры-3, углев.-6, Витамин С-5 | | | | | | |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***179*** | ***Суп картофельный с мясными фрикадельками*** | | | | | Ккал.-89, белки-5, жиры-5, углев.-6, 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 (без сыра)*** | | | | | Ккал.-228, белки-10, 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, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***109*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-152, белки-5, жиры-5, углев.-23 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***177*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | | | | | Ккал.-73, углев.-18 | | | | | | |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***42*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-73, белки-3, жиры-1, углев.-14 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-671, белки-24, жиры-31, углев.-76, Витамин С-15 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***194*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-103, белки-6, жиры-5, углев.-8, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***75*** | ***Ватрушка с творогом*** | | | | | Ккал.-219, 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.-322, белки-17, жиры-10, углев.-41, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***209*** | ***Рагу овощное*** | | | | | Ккал.-159, белки-4, жиры-5, углев.-24, Витамин С-44 | | | | | | |
|  | *картофель, капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, сметана 15%, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***203*** | ***Чай с сахаром*** | | | | | Ккал.-40, углев.-10 | | | | | | |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***31*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-73, белки-2, углев.-15 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-272, белки-6, жиры-5, углев.-49, Витамин С-44 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 672, белки-59, жиры-62, углев.-221, Витамин С-68 | | | | | | |