|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***13.06.2023 (Ясли, 2вт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Ясли)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | | | | | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | | | | | | |
| ***Завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***28*** | ***Бутерброд с маслом*** | | | | | Ккал.-95, белки-2, жиры-5, углев.-11 | | | | | | |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* | | | | | | | | | |  |  |
| ***150*** | ***Каша вязкая молочная геркулесовая*** | | | | | Ккал.-167, белки-6, жиры-7, углев.-20, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлопья «геркулес», масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***150*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | | | | | Ккал.-80, белки-2, жиры-2, углев.-14, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-342, белки-10, жиры-14, углев.-45, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***35*** | ***Груша свежая*** | | | | | Ккал.-16, углев.-4, Витамин С-2 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-16, углев.-4, Витамин С-2 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***39*** | ***Салат из свеклы*** | | | | | Ккал.-37, белки-1, жиры-2, углев.-4, Витамин С-4 | | | | | | |
|  | *свекла, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***150*** | ***Суп картофельный с бобовыми(горох)*** | | | | | Ккал.-78, белки-4, жиры-3, углев.-9, Витамин С-6 | | | | | | |
|  | *картофель, горох колотый, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***76*** | ***Котлета рубленная из говядины*** | | | | | Ккал.-215, белки-12, жиры-13, углев.-13, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *говядина 1 кат., молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, лук репчатый, мука пшеничная, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***99*** | ***Пюре картофельное*** | | | | | Ккал.-100, белки-2, жиры-4, углев.-15, Витамин С-17 | | | | | | |
|  | *картофель, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***150*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | | | | | Ккал.-62, углев.-15 | | | | | | |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***27*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-47, белки-2, углев.-9 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-539, белки-21, жиры-22, углев.-65, Витамин С-28 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***175*** | ***Ряженка*** | | | | | Ккал.-95, белки-5, жиры-4, углев.-7, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***10*** | ***Сушка*** | | | | | Ккал.-34, белки-1, углев.-7 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-129, белки-6, жиры-4, углев.-14, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***60*** | ***Салат из моркови и яблок*** | | | | | Ккал.-50, белки-1, жиры-3, углев.-5, Витамин С-4 | | | | | | |
|  | *морковь, яблоки, масло растительное* | | | | | | | | | |  |  |
| ***111*** | ***Запеканка из творога*** | | | | | Ккал.-280, белки-22, жиры-13, углев.-18, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *творог 5% -9%, сахар песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, соль пищевая, ванилин* | | | | | | | | | |  |  |
| ***12*** | ***Молоко сгущеное*** | | | | | Ккал.-59, белки-1, жиры-2, углев.-10 | | | | | | |
| ***145*** | ***Чай с сахаром и лимоном*** | | | | | Ккал.-31, углев.-7, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-47, белки-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-467, белки-26, жиры-18, углев.-50, Витамин С-7 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 493, белки-63, жиры-58, углев.-178, Витамин С-41 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик | |  |  | Калькулятор |  |  |  | Заведующий д/с |  |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***13.06.2023 (Сад, 2вт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | | | | | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),  витамины (мг), микроэлементы (мг)** | | | | | | |
| ***Завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***29*** | ***Бутерброд с маслом*** | | | | | Ккал.-98, белки-2, жиры-5, углев.-11 | | | | | | |
|  | *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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***180*** | ***Кофейный напиток с молоком*** | | | | | Ккал.-96, белки-3, жиры-2, углев.-16, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-382, белки-11, жиры-15, углев.-50, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***49*** | ***Груша свежая*** | | | | | Ккал.-23, углев.-5, Витамин С-2 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-23, углев.-5, Витамин С-2 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***58*** | ***Салат из свеклы*** | | | | | Ккал.-55, белки-1, жиры-3, углев.-6, Витамин С-6 | | | | | | |
|  | *свекла, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***180*** | ***Суп картофельный с бобовыми(горох)*** | | | | | Ккал.-93, белки-5, жиры-3, углев.-11, Витамин С-7 | | | | | | |
|  | *картофель, горох колотый, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***84*** | ***Котлета рубленная из говядины*** | | | | | Ккал.-238, белки-13, жиры-14, углев.-14, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *говядина 1 кат., молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, лук репчатый, мука пшеничная, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***139*** | ***Пюре картофельное*** | | | | | Ккал.-140, белки-3, жиры-5, углев.-20, Витамин С-24 | | | | | | |
|  | *картофель, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***180*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | | | | | Ккал.-74, углев.-18 | | | | | | |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***35*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-61, белки-2, углев.-12 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-661, белки-24, жиры-25, углев.-81, Витамин С-38 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***202*** | ***Ряженка*** | | | | | Ккал.-109, белки-6, жиры-5, углев.-8, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***10*** | ***Сушка*** | | | | | Ккал.-34, белки-1, углев.-7 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-143, белки-7, жиры-5, углев.-15, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***99*** | ***Салат из моркови и яблок*** | | | | | Ккал.-83, белки-1, жиры-5, углев.-8, Витамин С-7 | | | | | | |
|  | *морковь, яблоки, масло растительное* | | | | | | | | | |  |  |
| ***133*** | ***Запеканка из творога*** | | | | | Ккал.-335, белки-27, жиры-15, углев.-21, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *творог 5% -9%, сахар песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, соль пищевая, ванилин* | | | | | | | | | |  |  |
| ***18*** | ***Молоко сгущеное*** | | | | | Ккал.-89, белки-2, жиры-2, углев.-15 | | | | | | |
| ***207*** | ***Чай с сахаром и лимоном*** | | | | | Ккал.-44, углев.-11, Витамин С-3 | | | | | | |
|  | *сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***31*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-73, белки-2, углев.-15 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-624, белки-32, жиры-22, углев.-70, Витамин С-11 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 833, белки-74, жиры-67, углев.-221, Витамин С-55 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |