|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***15.06.2023 (Ясли, 2чт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Ясли)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***Завтрак*** |  |  |
| ***25*** | ***Бутерброд с маслом*** | Ккал.-84, белки-2, жиры-4, углев.-10 |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* |  |  |
| ***151*** | ***Каша жидкая молочная кукурузная*** | Ккал.-254, белки-5, жиры-7, углев.-43 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа кукурузная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, 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.-417, белки-9, жиры-13, углев.-66, Витамин С-1 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***34*** | ***Груша свежая*** | Ккал.-16, углев.-3, Витамин С-2 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-16, углев.-3, Витамин С-2 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***9*** | ***Горошек зеленый порц.*** | Ккал.-4, углев.-1, Витамин С-1 |
| ***159*** | ***Свекольник с картофелем, с мясом,сметаной*** | Ккал.-73, белки-2, жиры-3, углев.-8, Витамин С-10 |
|  | *картофель, свекла, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), чеснок* |  |  |
| ***83*** | ***Птица тушеная в соусе (филе) (гуляш)*** | Ккал.-169, белки-10, жиры-13, углев.-3, Витамин С-2 |
|  | *куриные грудки филе, сметана 15%, мука пшеничная, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, чеснок* |  |  |
| ***79*** | ***Рис отварной*** | Ккал.-117, белки-2, жиры-3, углев.-21 |
|  | *крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***149*** | ***Компот из кураги и изюма*** | Ккал.-62, углев.-15 |
|  | *сахар песок, курага, виноград сушеный (кишмиш)* |  |  |
| ***34*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-59, белки-2, углев.-11 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-484, белки-16, жиры-19, углев.-59, Витамин С-13 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***138*** | ***Кефир*** | Ккал.-73, белки-4, жиры-3, углев.-6, Витамин С-1 |
| ***10*** | ***Сухарик*** | Ккал.-40, белки-1, жиры-1, углев.-7 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-113, белки-5, жиры-4, углев.-13, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***12*** | ***Огурец консервированный порц.*** | Ккал.-2, Витамин С-1 |
| ***135*** | ***Запеканка картофельная с мясом с соусом молочным*** | Ккал.-273, белки-11, жиры-15, углев.-23, Витамин С-24 |
|  | *картофель, говядина 1 кат., соус молочный ( для запекания), лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное, мука пшеничная* |  |  |
| ***147*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-29, углев.-7 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-47, белки-2, углев.-10 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-351, белки-13, жиры-15, углев.-40, Витамин С-25 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 381, белки-43, жиры-51, углев.-181, Витамин С-42 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик |   |  | Калькулятор |   |   |  | Заведующий д/с |   |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***15.06.2023 (Сад, 2чт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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* |  |  |
| ***171*** | ***Каша жидкая молочная кукурузная*** | Ккал.-287, белки-6, жиры-7, углев.-49, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа кукурузная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, 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.-470, белки-11, жиры-13, углев.-75, Витамин С-2 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***49*** | ***Груша свежая*** | Ккал.-23, углев.-5, Витамин С-2 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-23, углев.-5, Витамин С-2 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***13*** | ***Горошек зеленый порц.*** | Ккал.-5, углев.-1, Витамин С-1 |
| ***179*** | ***Свекольник с картофелем, с мясом,сметаной*** | Ккал.-83, белки-3, жиры-4, углев.-9, Витамин С-11 |
|  | *картофель, свекла, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), чеснок* |  |  |
| ***104*** | ***Птица тушеная в соусе (филе) (гуляш)*** | Ккал.-212, белки-13, жиры-16, углев.-4, Витамин С-2 |
|  | *куриные грудки филе, сметана 15%, мука пшеничная, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, чеснок* |  |  |
| ***108*** | ***Рис отварной*** | Ккал.-160, белки-3, жиры-4, углев.-29 |
|  | *крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***179*** | ***Компот из кураги и изюма*** | Ккал.-74, углев.-18 |
|  | *сахар песок, курага, виноград сушеный (кишмиш)* |  |  |
| ***43*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-75, белки-3, жиры-1, углев.-14 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-609, белки-22, жиры-25, углев.-75, Витамин С-14 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***160*** | ***Кефир*** | Ккал.-85, белки-5, жиры-4, углев.-6, Витамин С-1 |
| ***14*** | ***Сухарик*** | Ккал.-56, белки-1, жиры-2, углев.-9 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-141, белки-6, жиры-6, углев.-15, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***16*** | ***Огурец консервированный порц.*** | Ккал.-2, Витамин С-1 |
| ***176*** | ***Запеканка картофельная с мясом с соусом молочным*** | Ккал.-355, белки-14, жиры-20, углев.-30, Витамин С-31 |
|  | *картофель, говядина 1 кат., соус молочный ( для запекания), лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное, мука пшеничная* |  |  |
| ***193*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-39, углев.-10 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-71, белки-2, углев.-15 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-467, белки-16, жиры-20, углев.-55, Витамин С-32 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 710, белки-55, жиры-64, углев.-225, Витамин С-51 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |