|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***02.10.2023 (Ясли, 2пн)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Ясли)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***149*** | ***Каша жидкая молочная ячневая*** | | | | | Ккал.-169, белки-5, жиры-7, углев.-22, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа ячневая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***149*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-87, белки-3, жиры-2, углев.-13, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-337, белки-9, жиры-13, углев.-44, Витамин С-2 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***64*** | ***Мандарины*** | | | | | Ккал.-24, белки-1, углев.-5, Витамин С-24 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-24, белки-1, углев.-5, Витамин С-24 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***41*** | ***Салат из свеклы с черносливом*** | | | | | Ккал.-44, белки-1, жиры-2, углев.-5, Витамин С-4 | | | | | | |
|  | *свекла, слива сушеная (чернослив), масло растительное* | | | | | | | | | |  |  |
| ***154*** | ***Суп картофельный со свежей рыбой (треска)*** | | | | | Ккал.-57, белки-4, жиры-2, углев.-6, Витамин С-8 | | | | | | |
|  | *картофель, треска, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***60*** | ***Биточки рубленные из птицы (паровые)*** | | | | | Ккал.-157, белки-9, жиры-10, углев.-6, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *куриные грудки филе, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***15*** | ***Соус молочный (для подачи к блюду)*** | | | | | Ккал.-17, белки-1, жиры-1, углев.-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная, соль пищевая, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***81*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-113, белки-4, жиры-3, углев.-17 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***154*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | | | | | Ккал.-64, углев.-15 | | | | | | |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***35*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-61, белки-2, углев.-12 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-513, белки-21, жиры-18, углев.-62, Витамин С-13 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***126*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-67, белки-4, жиры-3, углев.-5, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***50*** | ***Булочка домашняя с сахаром*** | | | | | Ккал.-191, белки-4, жиры-5, углев.-32 | | | | | | |
|  | *мука пшеничная, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйцо столовое, дрожжи сухие, соль пищевая, масло растительное, ванилин* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-258, белки-8, жиры-8, углев.-37, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***184*** | ***Рагу овощное (1-й вар.) с мясом*** | | | | | Ккал.-204, белки-9, жиры-11, углев.-17, Витамин С-29 | | | | | | |
|  | *картофель, говядина 1 кат., капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, горошек зеленый консерв., сметана 15%, мука пшеничная, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное, соль пищевая, чеснок, зелень свежая ( укроп , петрушка)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***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.-281, белки-11, жиры-11, углев.-35, Витамин С-29 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 413, белки-50, жиры-50, углев.-183, Витамин С-69 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик | |  |  | Калькулятор |  |  |  | Заведующий д/с |  |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***02.10.2023 (Сад, 2пн)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***169*** | ***Каша жидкая молочная ячневая*** | | | | | Ккал.-191, белки-6, жиры-8, углев.-25, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа ячневая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***179*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-104, белки-4, жиры-3, углев.-15, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-379, белки-12, жиры-15, углев.-50, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***64*** | ***Мандарины*** | | | | | Ккал.-24, белки-1, углев.-5, Витамин С-24 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-24, белки-1, углев.-5, Витамин С-24 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***62*** | ***Салат из свеклы с черносливом*** | | | | | Ккал.-66, белки-1, жиры-3, углев.-8, Витамин С-6 | | | | | | |
|  | *свекла, слива сушеная (чернослив), масло растительное* | | | | | | | | | |  |  |
| ***182*** | ***Суп картофельный со свежей рыбой (треска)*** | | | | | Ккал.-68, белки-5, жиры-2, углев.-7, Витамин С-9 | | | | | | |
|  | *картофель, треска, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***80*** | ***Биточки рубленные из птицы (паровые)*** | | | | | Ккал.-209, белки-13, жиры-14, углев.-8, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *куриные грудки филе, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***40*** | ***Соус молочный (для подачи к блюду)*** | | | | | Ккал.-46, белки-1, жиры-3, углев.-4, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная, соль пищевая, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***111*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-155, белки-5, жиры-5, углев.-23 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***185*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | | | | | Ккал.-76, углев.-19 | | | | | | |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-78, белки-3, жиры-1, углев.-15 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-698, белки-28, жиры-28, углев.-84, Витамин С-17 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***145*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-77, белки-4, жиры-4, углев.-6, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***50*** | ***Булочка домашняя с сахаром*** | | | | | Ккал.-191, белки-4, жиры-5, углев.-32 | | | | | | |
|  | *мука пшеничная, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйцо столовое, дрожжи сухие, соль пищевая, масло растительное, ванилин* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-268, белки-8, жиры-9, углев.-38, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***211*** | ***Рагу овощное (1-й вар.) с мясом*** | | | | | Ккал.-233, белки-10, жиры-13, углев.-20, Витамин С-33 | | | | | | |
|  | *картофель, говядина 1 кат., капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, горошек зеленый консерв., сметана 15%, мука пшеничная, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное, соль пищевая, чеснок, зелень свежая ( укроп , петрушка)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***202*** | ***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.-344, белки-12, жиры-13, углев.-45, Витамин С-33 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 713, белки-61, жиры-65, углев.-222, Витамин С-78 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |