|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***24.08.2023 (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* |  |  |
| ***152*** | ***Каша жидкая молочная кукурузная*** | Ккал.-255, белки-5, жиры-7, углев.-44 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа кукурузная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***149*** | ***Кофейный напиток с молоком***  | Ккал.-80, белки-2, жиры-2, углев.-13, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-419, белки-9, жиры-13, углев.-67, Витамин С-1 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***96*** | ***Сок фруктовый*** | Ккал.-44, углев.-10, Витамин С-2 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-44, углев.-10, Витамин С-2 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***37*** | ***Салат из свежих помидоров с луком репчатым*** | Ккал.-26, жиры-2, углев.-2, Витамин С-8 |
|  | *томаты свежие, лук репчатый, масло растительное* |  |  |
| ***144*** | ***Свекольник с картофелем, с мясом,сметаной*** | Ккал.-67, белки-2, жиры-3, углев.-7, Витамин С-9 |
|  | *картофель, свекла, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка), чеснок* |  |  |
| ***79*** | ***Птица тушеная в соусе (филе) (гуляш)*** | Ккал.-161, белки-10, жиры-12, углев.-3, Витамин С-2 |
|  | *куриные грудки филе, сметана 15%, мука пшеничная, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, чеснок* |  |  |
| ***80*** | ***Рис отварной*** | Ккал.-119, белки-2, жиры-3, углев.-22 |
|  | *крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***151*** | ***Компот из кураги и изюма*** | Ккал.-63, углев.-15 |
|  | *сахар песок, курага, виноград сушеный (кишмиш)* |  |  |
| ***34*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-59, белки-2, углев.-11 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-495, белки-16, жиры-20, углев.-60, Витамин С-19 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***122*** | ***Кефир*** | Ккал.-65, белки-4, жиры-3, углев.-5, Витамин С-1 |
| ***10*** | ***Сухарик*** | Ккал.-40, белки-1, жиры-1, углев.-7 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-105, белки-5, жиры-4, углев.-12, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***31*** | ***Огурец свежий порциями*** | Ккал.-3, Витамин С-2 |
| ***133*** | ***Запеканка картофельная с мясом с соусом молочным*** | Ккал.-269, 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* |  |  |
| ***149*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-30, углев.-7 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-47, белки-2, углев.-10 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-349, белки-13, жиры-15, углев.-40, Витамин С-26 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 412, белки-43, жиры-52, углев.-189, Витамин С-49 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик |   |  | Калькулятор |   |   |  | Заведующий д/с |   |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***24.08.2023 (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* |  |  |
| ***172*** | ***Каша жидкая молочная кукурузная*** | Ккал.-289, белки-6, жиры-7, углев.-49, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа кукурузная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***178*** | ***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.-472, белки-11, жиры-13, углев.-75, Витамин С-2 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***96*** | ***Сок фруктовый*** | Ккал.-44, углев.-10, Витамин С-2 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-44, углев.-10, Витамин С-2 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***55*** | ***Салат из свежих помидоров с луком репчатым*** | Ккал.-39, белки-1, жиры-3, углев.-2, Витамин С-11 |
|  | *томаты свежие, лук репчатый, масло растительное* |  |  |
| ***177*** | ***Свекольник с картофелем, с мясом,сметаной*** | Ккал.-82, 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* |  |  |
| ***98*** | ***Птица тушеная в соусе (филе) (гуляш)*** | Ккал.-200, белки-12, жиры-15, углев.-3, Витамин С-2 |
|  | *куриные грудки филе, сметана 15%, мука пшеничная, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, чеснок* |  |  |
| ***109*** | ***Рис отварной*** | Ккал.-162, белки-3, жиры-4, углев.-29 |
|  | *крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***181*** | ***Компот из кураги и изюма*** | Ккал.-75, углев.-18 |
|  | *сахар песок, курага, виноград сушеный (кишмиш)* |  |  |
| ***43*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-75, белки-3, жиры-1, углев.-14 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-633, белки-22, жиры-27, углев.-75, Витамин С-24 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***140*** | ***Кефир*** | Ккал.-74, белки-4, жиры-3, углев.-6, Витамин С-1 |
| ***15*** | ***Сухарик*** | Ккал.-60, белки-1, жиры-2, углев.-10 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-134, белки-5, жиры-5, углев.-16, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***41*** | ***Огурец свежий порциями*** | Ккал.-5, Витамин С-3 |
| ***173*** | ***Запеканка картофельная с мясом с соусом молочным*** | Ккал.-349, белки-14, жиры-19, углев.-30, Витамин С-31 |
|  | *картофель, говядина 1 кат., соус молочный ( для запекания), лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное, мука пшеничная* |  |  |
| ***198*** | ***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.-465, белки-16, жиры-19, углев.-55, Витамин С-34 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 748, белки-54, жиры-64, углев.-231, Витамин С-63 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |