|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***25.08.2023 (Ясли, 2пт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Ясли)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***Завтрак*** |  |  |
| ***8*** | ***Сыр ( порциями)*** | Ккал.-29, белки-2, жиры-2 |
| ***23*** | ***Бутерброд с маслом*** | Ккал.-78, белки-1, жиры-4, углев.-9 |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* |  |  |
| ***155*** | ***Каша вязкая молочная пшеничная*** | Ккал.-172, белки-6, жиры-6, углев.-23, Витамин С-2 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа «артек», масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* |  |  |
| ***149*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-30, углев.-7 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-309, белки-9, жиры-12, углев.-39, Витамин С-2 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***104*** | ***Сок фруктовый*** | Ккал.-48, белки-1, углев.-11, Витамин С-2 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-48, белки-1, углев.-11, Витамин С-2 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***30*** | ***Икра овощная*** | Ккал.-33, белки-1, жиры-2, углев.-3, Витамин С-3 |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* |  |  |
| ***155*** | ***Суп куриный (тушка) с макаронными изделиями*** | Ккал.-115, белки-4, жиры-4, углев.-16, Витамин С-4 |
|  | *макаронные изделия, картофель, бройлеры (цыплята) 1 кат., морковь, лук репчатый, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка)* |  |  |
| ***60*** | ***Котлета рыбная ( запеченная)*** | Ккал.-96, белки-9, жиры-4, углев.-6, Витамин С-1 |
|  | *треска, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***110*** | ***Картофель отварной*** | Ккал.-118, белки-2, жиры-4, углев.-18, Витамин С-22 |
|  | *картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***16*** | ***Соус сметанный*** | Ккал.-5, углев.-1 |
|  | *сметана 15%, мука пшеничная, соль пищевая* |  |  |
| ***149*** | ***Кисель из замороженных ягод*** | Ккал.-61, углев.-15, Витамин С-20 |
|  | *смородина замороженная, сахар песок, крахмал* |  |  |
| ***36*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-63, белки-2, углев.-12 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-491, белки-18, жиры-14, углев.-71, Витамин С-50 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***131*** | ***Ряженка*** | Ккал.-71, белки-4, жиры-3, углев.-6 |
| ***71*** | ***Ватрушка с повидлом*** | Ккал.-236, белки-5, жиры-4, углев.-47 |
|  | *мука пшеничная, повидло яблочное, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, яйцо столовое, сахар песок, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая, дрожжи сухие, ванилин* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-307, белки-9, жиры-7, углев.-53 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***177*** | ***Рагу овощное*** | Ккал.-135, белки-3, жиры-4, углев.-20, Витамин С-37 |
|  | *картофель, капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, сметана 15%, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная, соль пищевая* |  |  |
| ***201*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | Ккал.-137, белки-1, углев.-30, Витамин С-201 |
|  | *шиповник сухой, сахар песок* |  |  |
| ***19*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-45, белки-1, углев.-9 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-317, белки-5, жиры-4, углев.-59, Витамин С-238 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 472, белки-42, жиры-37, углев.-233, Витамин С-292 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик |   |  | Калькулятор |   |   |  | Заведующий д/с |   |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***25.08.2023 (Сад, 2пт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***д/с "Березка" (Сад)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** |
| ***Завтрак*** |  |  |
| ***11*** | ***Сыр ( порциями)*** | Ккал.-40, белки-3, жиры-3 |
| ***24*** | ***Бутерброд с маслом*** | Ккал.-81, белки-1, жиры-4, углев.-9 |
|  | *хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко-сливочное несоленое* |  |  |
| ***175*** | ***Каша вязкая молочная пшеничная*** | Ккал.-194, белки-6, жиры-7, углев.-26, Витамин С-2 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа «артек», масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* |  |  |
| ***198*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-40, углев.-10 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-355, белки-10, жиры-14, углев.-45, Витамин С-2 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***104*** | ***Сок фруктовый*** | Ккал.-48, белки-1, углев.-11, Витамин С-2 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-48, белки-1, углев.-11, Витамин С-2 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***49*** | ***Икра овощная*** | Ккал.-54, белки-1, жиры-3, углев.-6, Витамин С-5 |
|  | *свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок* |  |  |
| ***184*** | ***Суп куриный (тушка) с макаронными изделиями*** | Ккал.-136, белки-5, жиры-5, углев.-18, Витамин С-5 |
|  | *макаронные изделия, картофель, бройлеры (цыплята) 1 кат., морковь, лук репчатый, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка)* |  |  |
| ***80*** | ***Котлета рыбная ( запеченная)*** | Ккал.-128, белки-11, жиры-6, углев.-8, Витамин С-2 |
|  | *треска, хлеб пшеничный формовой из муки в/с, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***149*** | ***Картофель отварной*** | Ккал.-159, белки-3, жиры-6, углев.-24, Витамин С-30 |
|  | *картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* |  |  |
| ***24*** | ***Соус сметанный*** | Ккал.-7, углев.-1 |
|  | *сметана 15%, мука пшеничная, соль пищевая* |  |  |
| ***179*** | ***Кисель из замороженных ягод*** | Ккал.-74, углев.-18, Витамин С-24 |
|  | *смородина замороженная, сахар песок, крахмал* |  |  |
| ***46*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-80, белки-3, жиры-1, углев.-15 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-638, белки-23, жиры-21, углев.-90, Витамин С-66 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***151*** | ***Ряженка*** | Ккал.-82, белки-4, жиры-4, углев.-6 |
| ***71*** | ***Ватрушка с повидлом*** | Ккал.-236, белки-5, жиры-4, углев.-47 |
|  | *мука пшеничная, повидло яблочное, молоко пастеризованное, 2,5% жирности, яйцо столовое, сахар песок, масло растительное, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая, дрожжи сухие, ванилин* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-318, белки-9, жиры-8, углев.-53 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***207*** | ***Рагу овощное*** | Ккал.-158, белки-4, жиры-5, углев.-24, Витамин С-43 |
|  | *картофель, капуста белокачанная, морковь, кабачки, лук репчатый, сметана 15%, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная, соль пищевая* |  |  |
| ***201*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | Ккал.-137, белки-1, углев.-30, Витамин С-201 |
|  | *шиповник сухой, сахар песок* |  |  |
| ***29*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-68, белки-2, углев.-14 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-363, белки-7, жиры-5, углев.-68, Витамин С-244 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 722, белки-50, жиры-48, углев.-267, Витамин С-314 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |