|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***25.05.2023 (Ясли, 1чт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***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* |  |  |
| ***147*** | ***Каша жидкая молочная пшенная*** | Ккал.-178, белки-6, жиры-7, углев.-23, Витамин С-1 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа пшено, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* |  |  |
| ***150*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-30, углев.-7 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-292, белки-8, жиры-11, углев.-40, Витамин С-1 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***80*** | ***Апельсины*** | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***35*** | ***Салат из свежих помидоров с луком репчатым*** | Ккал.-25, жиры-2, углев.-2, Витамин С-7 |
|  | *томаты свежие, лук репчатый, масло растительное* |  |  |
| ***145*** | ***Суп картофельный с бобовыми (фасоль) со сметаной*** | Ккал.-59, белки-2, жиры-3, углев.-6, Витамин С-7 |
|  | *картофель, фасоль стручковая. консервы, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, зелень свежая ( укроп , петрушка), лук зеленый (перо), соль пищевая, чеснок* |  |  |
| ***164*** | ***Запеканка капустная с мясом с соусом сметанным*** | Ккал.-161, белки-9, жиры-8, углев.-14, Витамин С-49 |
|  | *капуста белокачанная, говядина 1 кат., соус сметанный, лук репчатый, крупа манная, морковь, яйцо столовое, масло растительное* |  |  |
| ***151*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | Ккал.-62, углев.-15 |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* |  |  |
| ***34*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-59, белки-2, углев.-11 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-366, белки-13, жиры-13, углев.-48, Витамин С-63 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***96*** | ***Кефир*** | Ккал.-51, белки-3, жиры-2, углев.-4, Витамин С-1 |
| ***10*** | ***Сухарик*** | Ккал.-40, белки-1, жиры-1, углев.-7 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-91, белки-4, жиры-3, углев.-11, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***145*** | ***Пудинг из творога с бананом*** | Ккал.-337, белки-25, жиры-15, углев.-24, Витамин С-4 |
|  | *творог 5% -9%, банан, крупа манная, сахар песок, яйцо столовое, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное, соль пищевая, ванилин* |  |  |
| ***34*** | ***Соус молочный сладкий*** | Ккал.-37, белки-1, жиры-2, углев.-5 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная, ванилин* |  |  |
| ***198*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | Ккал.-135, белки-1, углев.-29, Витамин С-198 |
|  | *шиповник сухой, сахар песок* |  |  |
| ***20*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-47, белки-2, углев.-10 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-556, белки-29, жиры-17, углев.-68, Витамин С-202 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 339, белки-55, жиры-44, углев.-173, Витамин С-315 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик |   |  | Калькулятор |   |   |  | Заведующий д/с |   |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* |  |  |  |  |  |  | ***25.05.2023 (Сад, 1чт)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***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* |  |  |
| ***166*** | ***Каша жидкая молочная пшенная*** | Ккал.-201, белки-6, жиры-8, углев.-26, Витамин С-2 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа пшено, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* |  |  |
| ***199*** | ***Чай с сахаром*** | Ккал.-40, углев.-10 |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* |  |  |
|   |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-329, белки-8, жиры-12, углев.-46, Витамин С-2 |
| ***Второй завтрак*** |  |  |
| ***80*** | ***Апельсины*** | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-34, белки-1, углев.-6, Витамин С-48 |
| ***Обед*** |  |  |
| ***52*** | ***Салат из свежих помидоров с луком репчатым*** | Ккал.-37, белки-1, жиры-3, углев.-2, Витамин С-11 |
|  | *томаты свежие, лук репчатый, масло растительное* |  |  |
| ***173*** | ***Суп картофельный с бобовыми (фасоль) со сметаной*** | Ккал.-70, белки-2, жиры-4, углев.-7, Витамин С-8 |
|  | *картофель, фасоль стручковая. консервы, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, зелень свежая ( укроп , петрушка), лук зеленый (перо), соль пищевая, чеснок* |  |  |
| ***225*** | ***Запеканка капустная с мясом с соусом сметанным*** | Ккал.-221, белки-13, жиры-10, углев.-19, Витамин С-67 |
|  | *капуста белокачанная, говядина 1 кат., соус сметанный, лук репчатый, крупа манная, морковь, яйцо столовое, масло растительное* |  |  |
| ***181*** | ***Компот из смеси сухофруктов*** | Ккал.-75, углев.-18 |
|  | *яблоки сушеные, сахар песок* |  |  |
| ***43*** | ***Хлеб ржаной*** | Ккал.-75, белки-3, жиры-1, углев.-14 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-478, белки-19, жиры-18, углев.-60, Витамин С-86 |
| ***Полдник*** |  |  |
| ***111*** | ***Кефир*** | Ккал.-59, белки-3, жиры-3, углев.-4, Витамин С-1 |
| ***15*** | ***Сухарик*** | Ккал.-60, белки-1, жиры-2, углев.-10 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-119, белки-4, жиры-5, углев.-14, Витамин С-1 |
| ***Ужин*** |  |  |
| ***169*** | ***Пудинг из творога с бананом*** | Ккал.-393, белки-29, жиры-18, углев.-27, Витамин С-5 |
|  | *творог 5% -9%, банан, крупа манная, сахар песок, яйцо столовое, масло сладко-сливочное несоленое, масло растительное, соль пищевая, ванилин* |  |  |
| ***44*** | ***Соус молочный сладкий*** | Ккал.-47, белки-1, жиры-2, углев.-6 |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная, ванилин* |  |  |
| ***198*** | ***Напиток из плодов шиповника*** | Ккал.-135, белки-1, углев.-29, Витамин С-198 |
|  | *шиповник сухой, сахар песок* |  |  |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный*** | Ккал.-71, белки-2, углев.-15 |
|   |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-646, белки-33, жиры-20, углев.-77, Витамин С-203 |
|   |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 606, белки-65, жиры-55, углев.-203, Витамин С-340 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |