|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***27.11.2023 (Ясли, 2пн)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***150*** | ***Каша жидкая молочная ячневая*** | | | | | Ккал.-170, белки-5, жиры-7, углев.-22, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа ячневая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***151*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-88, белки-3, жиры-3, углев.-13, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-342, белки-10, жиры-14, углев.-45, Витамин С-2 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***53*** | ***Яблоки свежие*** | | | | | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***40*** | ***Салат из свеклы*** | | | | | Ккал.-38, белки-1, жиры-2, углев.-4, Витамин С-4 | | | | | | |
|  | *свекла, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***157*** | ***Суп картофельный со свежей рыбой (треска)*** | | | | | Ккал.-58, 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)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***61*** | ***Биточки рубленные из птицы (паровые)*** | | | | | Ккал.-160, белки-10, жиры-11, 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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***78*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-109, белки-4, жиры-3, углев.-16 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***142*** | ***Компот из ягод*** | | | | | Ккал.-39, углев.-9, Витамин С-19 | | | | | | |
|  | *смородина замороженная, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***34*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-59, белки-2, углев.-11 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-480, белки-22, жиры-19, углев.-53, Витамин С-32 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***134*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-71, белки-4, жиры-3, углев.-5, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***10*** | ***Печенье*** | | | | | Ккал.-41, белки-1, жиры-1, углев.-7 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-112, белки-5, жиры-4, углев.-12, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***180*** | ***Рагу овощное (1-й вар.) с мясом*** | | | | | Ккал.-199, белки-8, жиры-11, углев.-17, Витамин С-28 | | | | | | |
|  | *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)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***148*** | ***Чай с сахаром*** | | | | | Ккал.-30, углев.-7 | | | | | | |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***21*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-49, белки-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-278, белки-10, жиры-11, углев.-34, Витамин С-28 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 237, белки-47, жиры-48, углев.-149, Витамин С-68 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кладовщик | |  |  | Калькулятор |  |  |  | Заведующий д/с |  |  |  |  |
| *МУП Объединение школьных столовых* | | | | | |  |  |  |  |  |  | ***27.11.2023 (Сад, 2пн)*** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***170*** | ***Каша жидкая молочная ячневая*** | | | | | Ккал.-192, белки-6, жиры-8, углев.-25, Витамин С-2 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа ячневая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***181*** | ***Какао с молоком*** | | | | | Ккал.-105, белки-4, жиры-3, углев.-16, Витамин С-1 | | | | | | |
|  | *молоко пастеризованное, 2,5% жирности, сахар песок, какао порошок* | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  | **Итого за Завтрак** | Ккал.-385, белки-12, жиры-15, углев.-51, Витамин С-3 | | | | | | |
| ***Второй завтрак*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***53*** | ***Яблоки свежие*** | | | | | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Второй завтрак** | Ккал.-25, углев.-5, Витамин С-5 | | | | | | |
| ***Обед*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***60*** | ***Салат из свеклы*** | | | | | Ккал.-57, белки-1, жиры-3, углев.-6, Витамин С-7 | | | | | | |
|  | *свекла, масло растительное, чеснок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***186*** | ***Суп картофельный со свежей рыбой (треска)*** | | | | | Ккал.-69, 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)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***81*** | ***Биточки рубленные из птицы (паровые)*** | | | | | Ккал.-212, белки-13, жиры-14, углев.-9, 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* | | | | | | | | | |  |  |
| ***108*** | ***Каша гречневая рассыпчатая*** | | | | | Ккал.-150, белки-5, жиры-5, углев.-22 | | | | | | |
|  | *крупа гречневая, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая* | | | | | | | | | |  |  |
| ***182*** | ***Компот из ягод*** | | | | | Ккал.-50, углев.-12, Витамин С-24 | | | | | | |
|  | *смородина замороженная, сахар песок* | | | | | | | | | |  |  |
| ***43*** | ***Хлеб ржаной*** | | | | | Ккал.-75, белки-3, жиры-1, углев.-14 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Обед** | Ккал.-659, белки-28, жиры-28, углев.-74, Витамин С-42 | | | | | | |
| ***Полдник*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***155*** | ***Кефир*** | | | | | Ккал.-82, белки-4, жиры-4, углев.-6, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***15*** | ***Печенье*** | | | | | Ккал.-62, белки-1, жиры-2, углев.-10 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Полдник** | Ккал.-144, белки-5, жиры-6, углев.-16, Витамин С-1 | | | | | | |
| ***Ужин*** | | | | | | | | | | |  |  |
| ***208*** | ***Рагу овощное (1-й вар.) с мясом*** | | | | | Ккал.-230, белки-10, жиры-12, 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)* | | | | | | | | | |  |  |
| ***198*** | ***Чай с сахаром*** | | | | | Ккал.-40, углев.-10 | | | | | | |
|  | *сахар песок, чай черный крупнолистовой* | | | | | | | | | |  |  |
| ***31*** | ***Хлеб пшеничный*** | | | | | Ккал.-73, белки-2, углев.-15 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за Ужин** | Ккал.-343, белки-12, жиры-12, углев.-45, Витамин С-33 | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **Итого за день** | Ккал.-1 556, белки-57, жиры-61, углев.-191, Витамин С-84 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |