МУП	Объединение школьных столовых	28.02.2022 (Ясли, 1пн)							
∂/c "E	Березка" (Ясли)								
Вых од (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)							
Завт	рак								
24	Бутерброд с маслом	Ккал104, белки-2, жиры-4, углев14							
	хлеб пшеничный формовой из мун сливочное несоленое	ки в/с, масло сладко-							
150	Каша жидкая молочная манная	Ккал164, белки-5, жиры-7, углев20, Витамин С-2							
	молоко пастеризованное, 2,5% ж масло сладко-сливочное несоленс								
150	Кофейный напиток с молоком	Ккал80, белки-2, жиры-2, углев14, Витамин С-1							
	молоко пастеризованное, 2,5% ж кофейный напиток	сирности, сахар песок,							
	Итого за Завтрак	Ккал348, белки-9, жиры-13, углев48, Витамин С-3							
Втор	<u>ой завтрак</u>								
34	Груша свежая	Ккал16, углев3, Витамин С-2							
100	Сок фруктовый	Ккал46, белки-1, углев10, Витамин С-2							
	Итого за Второй завтрак	Ккал62, белки-1, углев13, Витамин С-4							
Обед									
40	Салат из свеклы	Ккал38, белки-1, жиры-2, углев4, Витамин С-4							
	свекла, масло растительное, чес	снок							
150	Щи из свежей капусты с мясом ,со сметаной	Ккал59, белки-2, жиры-3, углев5, Витамин С-17							
	капуста белокачанная, картофелук репчатый, сметана 15%, то растительное, соль пищевая, лун свежая ( укроп , петрушка)	матная паста, масло							
70/5	Котлета рубленная из говядины	Ккал212, белки-12, жиры-13, углев13, Витамин С-1							
	говядина 1 кат., молоко пастери хлеб пшеничный формовой из мун пшеничная, масло сладко-сливочн	ки в/с, лук репчатый, мука							
100	Макаронные изделия отварные с маслом	Ккал140, белки-4, жиры-3, углев25							
	макаронные изделия, масло сладі пищевая	I ко-сливочное несоленое, соль							

15%   Компот из смеси сухофруктов   Ккал62, углев15	20	Co	ус (	CM	<b>етанны</b>	й	Ккал6, углев1							
		СЛ	лет	ағ	на 15%, м	лука пшеничная, с	оль пищева	я						
Итого за Обед   Ккал574, белки-21, углев74, Витамин С-22   Полдник	150	К	омп	or	т из смес	си сухофруктов	Ккал62, углев15							
Итого за Обед   Ккал574, белки-21, жиры-21, углев74, Витамин С-22   Полдник   Ккал69, белки-4, жиры-3, углев5, Витамин С-1		яθ	блон	ш	сушеные	, сахар песок								
Полдник         130       Кефир       Ккал69, белки-4, жиры-3, углев5, Витамин С-1         10       Пряник       Ккал37, белки-1, углев8         10       Итого за Полдник       Ккал106, белки-5, жиры-3, углев13, Витамин С-1         Ужин       180       Птица тушеная в соусе с овощами       Ккал219, белки-9, жиры-12, углев19, Витамин С-21         картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, горошек зеленый консерв., масло растительное, мука пшеничная, соль пищевая       150       Чай с сахаром и лимоном       Ккал32, углев8, Витамин С-2         сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой       Ккал47, белки-2, углев10       Итого за Ужин       Ккал298, белки-11, жиры-12, углев37, Витамин С-23         Итого за день       Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53       Заведу ющий д/с       3аведу ющий д/с         МУП Объединение школьных столовых       3аведу ющий д/с       28.02.2022 (Сад, 1пн)         д/с "Березка" (Сад)       26.02.2022 (Сад, 1пн)	33	X	теб	p)	жаной		Ккал57, белки-2, углев11							
130   Кефир   Ккал69, белки-4, жиры-3, углев5, Витамин С-1						Итого за Обед	Ккал574, белки-21, жиры-21, углев74, Витамин С-22							
Пряник   Ккал37, белки-1, углев8	Полдн	ник				1								
Итого за Полдник	130	К	ефи	p			Ккал69, белки-4, жиры-3, углев5, Витамин С-1							
	10	П	рян	ик	<b>T</b>		Ккал37, белки-1, углев8							
Ужин           180         Птица тушеная в соусе с овощами         Ккал219, белки-9, жиры-12, углев19, Витамин С-21 овощами           картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, горошек зеленый консерв., масло растительное, мука пшеничная, соль пищевая         ккал32, углев8, Витамин С-2           сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой         Ккал47, белки-2, углев10           Итого за Ужин         Ккал298, белки-11, жиры-12, углев37, Витамин С-23           Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53           Кладов         Кальку имк           щик         лятор           МУП Объединение школьных столовых         28.02.2022 (Сад, 1пн)           д/с "Березка" (Сад)							Ккал106,	белки-5, жирі	ы-3, уі	глев13,	Витамин С-1			
овощами         картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, горошек зеленый консерв., масло растительное, мука пшеничная, соль пищевая         150       Чай с сахаром и лимоном       Ккал32, углев8, Витамин С-2         сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой       Ккал47, белки-2, углев10         Итого за Ужин       Ккал298, белки-11, жиры-12, углев37, Витамин С-23         Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53         Кладов       Кальку лятор         щик       лятор         МУП Объединение школьных столовых       28.02.2022 (Сад, 1пн)         д/с "Березка" (Сад)	Ужин					ev.H								
сметана 15%, горошек зеленый консерв., масло растительное, мука пшеничная, соль пищевая         150       Чай с сахаром и лимоном       Ккал32, углев8, Витамин С-2         сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой       Ккал47, белки-2, углев10         20       Хлеб пшеничный       Ккал298, белки-11, жиры-12, углев37, Витамин С-23         Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53         Кладов щик       Кальку лятор       Заведу ющий д/с         МУП Объединение школьных столовых       Заведу ющий д/с       28.02.2022 (Сад, 1пн)         доставления правилить в правильных в правилить в правильный в правильный в правилить в правилить в правильный в правилить в правилить в правилить в правильный в правилить в правильный в правильный в правильный в правилить в правильный в прави	180				-	я в соусе с	Ккал219,	белки-9, жирі	ы-12,	⊥ углев19	I , Витамин С-21			
сахар песок, лимон, чай черный крупнолистовой         20       Хлеб пшеничный       Ккал47, белки-2, углев10         Итого за Ужин       Ккал298, белки-11, жиры-12, углев37, Витамин С-23         Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53         Кладов щик       Кальку лятор         МУП Объединение школьных столовых       3аведу ющий д/с         МУП Объединение школьных столовых       28.02.2022 (Сад, 1пн)         д/с "Березка" (Сад)		СЛ	іет	a F	на 15%, г	орошек зеленый к	онсерв., ма	сло						
20       Хлеб пшеничный       Ккал47, белки-2, углев10         Итого за Ужин       Ккал298, белки-11, жиры-12, углев37, Витамин С-23         Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53         Кладов щик       Кальку лятор         МУП Объединение школьных столовых       Заведу ющий д/с         МУП Объединение школьных столовых       28.02.2022 (Сад, 1пн)	150	40	ай с	СС	ахаром и	лимоном	T							
Итого за Ужин Ккал298, белки-11, жиры-12, углев37, Витамин С-23  Итого за день Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53  Кладов Кальку Заведу ющий д/с  МУП Объединение школьных столовых 28.02.2022 (Сад, 1пн)  д/с "Березка" (Сад)		сахар песок, лимон, чай черный кр					рупнолистовой							
Итого за день Ккал1 388, белки-47, жиры-49, углев185, Витамин С-53 Кладов Кальку щик лятор ющий д/с МУП Объединение школьных столовых д/с "Березка" (Сад)	20	X	теб	Πι	иеничны	й	Ккал47, белки-2, углев10							
Кладов Кальку Заведу ющий д/с  МУП Объединение школьных столовых  д/с 28.02.2022 (Сад, 1пн)  д/с "Березка" (Сад)		Итого за Ужин Ккал29						белки-11, жиј	оы-12	, углев3	7, Витамин С-23			
Кладов Кальку Заведу ющий д/с  МУП Объединение школьных столовых 28.02.2022 (Сад, 1пн)  д/с "Березка" (Сад)							19, углев.	-185, Витамин						
щик лятор ющий д/с  МУП Объединение школьных столовых 28.02.2022 (Сад, 1пн)  д/с "Березка" (Сад)														
МУП Объединение школьных столовых 28.02.2022 (Сад, 1пн)  д/с "Березка" (Сад)	Кладо	дов Кальку						· ·						
МУП Объединение школьных столовых 28.02.2022 (Сад, 1пн) д/с "Березка" (Сад)	щик	к Лятор												
	МУП Объединение школьных столовых													
Вых Наименование блюда эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	∂/с "Б	ер	езко	1"	(Сад)				•					
од (г) витамины (мг), микроэлементы (мг)	од (г)													
<u>Завтрак</u>	<u>Завт</u>	<u>прак</u>												
<b>25 Бутерброд с маслом</b> Ккал108, белки-2, жиры-4, углев15	25	Бутерброд с маслом												
хлеб пшеничный формовой из муки в/с, масло сладко- сливочное несоленое			аименование блюда  утерброд с маслом  леб пшеничный формовой из пивочное несоленое				уки в/с, масло сладко-							
<b>170 Каша жидкая молочная манная</b> Ккал186, белки-6, жиры-8, углев23, Витамин С-2	170						Ккал186,	белки-6, жирі	ы-8, уі	глев23,	Витамин С-2			
молоко пастеризованное, 2,5% жирности, крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль пищевая					•									
<b>180 Кофейный напиток с молоком</b> Ккал96, белки-3, жиры-2, углев16, Витамин С-1	180													

			пастери ый напиг		гирности, сахар песок,						
	ROU	реин	ibiu Hullul	Итого за Завтрак	Ккал390, белки-11, жиры-14, углев54, Витамин C-3						
Втор	ой з	авт	рак								
48	Гру	иа	свежая		Ккал23, углев5, Витамин С-2						
100	Coi	к фр	уктовый	;	Ккал46, белки-1, углев10, Витамин С-2						
				Итого за Второй завтрак	Ккал69, белки-1, углев15, Витамин С-4						
Обед											
60	Cas	nam	из свекль	ol	Ккал57, белки-1, жиры-3, углев6, Витамин С-7						
	све	кла,	масло ра	астительное, чес	нок						
180	_		свежей ко ,со смет	апусты с аной	Ккал70, белки-3, жиры-4, углев6, Витамин С-20						
	капуста белокачанная, картофель, морковь, говядина 1 кат., лук репчатый, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, соль пищевая, лук зеленый (перо), зелень свежая ( укроп , петрушка)										
80/5	Ко		та рубле		Ккал241, белки-14, жиры-14, углев14, Витамин С-1						
	хле	еб пи	иеничный	і формовой из мун	зованное, 2,5% жирности, ки в/с, лук репчатый, мука ное несоленое, соль пищевая						
110		-	онные из чые с мас		Ккал154, белки-4, жиры-3, углев28						
	макаронные изделия, масло сладко-сливочное несоленое, соль пищевая										
30	Соус сметанный				Ккал9, углев2						
405				тука пшеничная, с •							
180	Кол	ипоі	т из смес	и сухофруктов	Ккал74, углев18						
	яблоки сушеные, сахар песок										
42	Хл	26 p	жаной		Ккал73, белки-3, жиры-1, углев14						
				Итого за Обед	Ккал678, белки-25, жиры-25, углев88, Витамин C-28						
Полд											
150	Кес	фир			Ккал80, белки-4, жиры-4, углев6, Витамин С-1						
35	Пр	яник	·		Ккал128, белки-2, жиры-2, углев26						
				Итого за Полдник	Ккал208, белки-6, жиры-6, углев32, Витамин С-1						
<u>Ужин</u>	!										
220		ица эща	-	я в соусе с	Ккал268, белки-11, жиры-14, углев23, Витамин С-26						

	СЛ	леп	ıaı	ıa 15%	куриные грудки фил 6, горошек зеленый ое, мука пшеничная	кон	серв., ма	сло	08ь,						
200	40	ай с	c co	ахарол	и и лимоном	К	Ккал42, углев10, Витамин С-3								
	СС	αχαμ	э п	есок, л	тимон, чай черный н	круп	рупнолистовой								
30	X	пеб	пι	иенич	ный	К	Ккал71, белки-2, углев15								
					Итого за Ужин	К	Ккал381, белки-13, жиры-14, углев48, Витамин С-29								
					Итого за день	К	Ккал1 726, белки-56, жиры-59, углев237, Витамин								
						С	C-65								