

МДОУ ДС Ладушки (Д/с 3-7 лет г.Качканар)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. бел. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каши из манной крупы	кКал-245, Бел-18, Жир-24, Угл-65
180	Чай с сахаром	кКал-54, Угл-14
20/10	Бутерброды с маслом 20/10	кКал-147, Бел-2, Жир-8, Угл-16
Итого за Завтрак кКал-445, Бел-20, Жир-32, Угл-95		
2-ой завтрак		
180	Соки фруктовые и ягодные	кКал-91, Бел-1, Угл-22
Итого за 2-ой завтрак кКал-91, Бел-1, Угл-22		
Обед		
50	Огурец порционный	кКал-7, Угл-1
180	Борщ с капустой и картофелем со сметаной в/у	кКал-88, Бел-1, Жир-3, Угл-13
70	Котлета "Здоровье" из мяса кур с морковью в/у	кКал-125, Бел-9, Жир-9, Угл-2
130	Макаронные изделия отварные	кКал-197, Бел-5, Жир-4, Угл-23
20	Соус красный основной	кКал-17, Жир-1, Угл-1
180	Компот из смеси сухофруктов	кКал-97, Угл-26
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Обед кКал-644, Бел-19, Жир-18, Угл-90		
Полдник		
150	Омлет натуральный	кКал-299, Бел-14, Жир-25, Угл-20
200	Чай "Смородина"	кКал-65, Угл-16
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
50	Булочка малютка	кКал-147, Бел-4, Жир-2, Угл-28
Итого за Полдник кКал-609, Бел-23, Жир-29, Угл-78		
Итого за кКал-1790, Бел-63, Жир-80, Угл-285		

- стоимость питания в день согласно Контракту с заказчиком	204-90
--	--------

Заказчик: _____

Пункт: _____

Сотрудник: _____



МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эм. бел. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
70	Котлета "Здоровье" из мяса кур с морковью в/у	кКал-125, Бел-9, Жир-9, Угл-2
150	Макаронные изделия отварные	кКал-227, Бел-5, Жир-5, Угл-26
20	Соус красный основной	кКал-17, Жир-1, Угл-1
200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-108, Угл-29
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Угл-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Обед кКал-569, Бел-18, Жир-15, Угл-77		
Итого за кКал-569, Бел-18, Жир-15, Угл-77		

- стоимость питания в день согласно Контракту с заказчиком	60-00
--	-------

Заказчик: _____

Пункт: _____

Сотрудник: _____



МДОУ ДС Ладушки (Ясли 1-3г. г.Качканар)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. бел. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
160	Каши из манной крупы	кКал-196, Бел-14, Жир-20, Угл-52
180	Чай с сахаром	кКал-54, Угл-14
10/5	Бутерброды с маслом 10/5	кКал-147, Бел-2, Жир-8, Угл-16
Итого за Завтрак кКал-396, Бел-17, Жир-28, Угл-82		
2-ой завтрак		
150	Соки фруктовые и ягодные	кКал-76, Бел-1, Угл-18
Итого за 2-ой завтрак кКал-76, Бел-1, Угл-18		
Обед		
40	Огурец порционный	кКал-6, Угл-1
150	Борщ с капустой и картофелем со сметаной в/у	кКал-74, Бел-1, Жир-3, Угл-11
50	Котлета "Здоровье" из мяса кур с морковью в/у	кКал-90, Бел-7, Жир-6, Угл-1
110	Макаронные изделия отварные	кКал-167, Бел-4, Жир-3, Угл-19
20	Соус красный основной	кКал-17, Жир-1, Угл-1
150	Компот из смеси сухофруктов	кКал-81, Угл-22
15	Хлеб ржаной	кКал-32, Бел-1, Угл-7
15	Хлеб пшеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7
Итого за Обед кКал-502, Бел-14, Жир-14, Угл-70		
Полдник		
130	Омлет натуральный	кКал-259, Бел-12, Жир-22, Угл-18
180	Чай "Смородина"	кКал-59, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
50	Булочка малютка	кКал-147, Бел-4, Жир-2, Угл-28
Итого за Полдник кКал-563, Бел-23, Жир-26, Угл-74		
Итого за кКал-1537, Бел-53, Жир-68, Угл-244		

- стоимость питания в день согласно Контракту с заказчиком	151-80
--	--------

Заказчик: _____

Пункт: _____

Сотрудник: _____

