

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

| Выход (г) | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                 | из пш. (кв), батик (г), утп-ового (г),<br>итп-ового (кг), микросмешанты (кг) |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|           | <u><b>Завтрак</b></u>                                                                                                                                                                                              |                                                                              |
| 200       | <b>Каши из манной крупы</b><br><i>Крупа манная, Масло, Вода, Сахар, Молоко сквашенное</i>                                                                                                                          | кКал-245, Бел-18, Жир-24, Утп-65                                             |
| 180       | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Чай высшего сорта, Сахар, Вода</i>                                                                                                                                                      | кКал-54, Утп-14                                                              |
| 20/10     | <b>Бутерброды с маслом 20/10</b><br><i>Масло сливочное (в упаковке 82 мг), Хлеб пшеничный высшего качества</i>                                                                                                     | кКал-147, Бел-2, Жир-8, Утп-16                                               |
|           | Итого за Завтрак                                                                                                                                                                                                   | кКал-445, Бел-20, Жир-32, Утп-95                                             |
|           | <u><b>2-ой завтрак</b></u>                                                                                                                                                                                         |                                                                              |
| 180       | <b>Соки фруктовые и ягодные</b><br><i>Итого за 2-ой завтрак</i>                                                                                                                                                    | кКал-91, Бел-1, Утп-22                                                       |
|           | <u><b>Обед</b></u>                                                                                                                                                                                                 |                                                                              |
| 50        | <b>Огурец порционный</b>                                                                                                                                                                                           | кКал-7, Утп-1                                                                |
| 180       | <b>Борщ с капустой и<br/>картофелем со сметаной в/у</b><br><i>Свекла, у/у, Картофель белочешечный, Картофель, у/у, Морковь, у/у, Помидоры, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сахар, Вода, Сметана</i> | кКал-88, Бел-1, Жир-3, Утп-13                                                |
| 70        | <b>Котлета "Здоровье" из мяса<br/>кур с морковью в/у</b><br><i>Полноценный фарш, Морковь, у/у, Вода, Сахар натуральный, Соль, Лук репчатый, Масло растительное</i>                                                 | кКал-125, Бел-9, Жир-9, Утп-2                                                |
| 130       | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b><br><i>Макаронные изделия гр. 4, Соль, Масло сливочное</i>                                                                                                                   | кКал-197, Бел-5, Жир-4, Утп-23                                               |
|           | <b>Соус красный основной</b><br><i>Вода кипяток, уксус, помидоры свежие, Масло растительное, Масло сливочное, Томат-паста, Соль</i>                                                                                | кКал-17, Жир-1, Утп-1                                                        |
| 180       | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><i>Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота лимонная, Вода</i>                                                                                                                      | кКал-97, Утп-26                                                              |
| 30        | <b>Хлеб ржаноый</b>                                                                                                                                                                                                | кКал-64, Бел-1, Утп-14                                                       |
| 20        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                              | кКал-48, Бел-2, Утп-10                                                       |
|           | Итого за Обед                                                                                                                                                                                                      | кКал-644, Бел-18, Жир-28, Утп-90                                             |
|           | <u><b>Полдник</b></u>                                                                                                                                                                                              |                                                                              |
| 150       | <b>Омлет натуральный</b><br><i>Яйца, Молоко, Масло сливочное</i>                                                                                                                                                   | кКал-299, Бел-14, Жир-25, Утп-20                                             |
| 200       | <b>Чай "Смородина"</b><br><i>Чай высшего сорта, Вода, Сахар, Смородина черная</i>                                                                                                                                  | кКал-65, Утп-16                                                              |
| 100       | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                              | кКал-48, Бел-2, Утп-10                                                       |
| 200       | <b>Кисломолочный напиток</b>                                                                                                                                                                                       | кКал-50, Бел-3, Жир-3, Утп-4                                                 |
| 50        | <b>Булочка малютка</b><br><i>Молоко топленое, Сахар, Масло растительное, Дрожжи прессованные, Соль, Вода питьевая, Яйца, Ванилин</i>                                                                               | кКал-147, Бел-4, Жир-2, Утп-28                                               |
|           | Итого за Полдник                                                                                                                                                                                                   | кКал-609, Бел-23, Жир-29, Утп-78                                             |
|           | Итого за день                                                                                                                                                                                                      | кКал-1790, Бел-63, Жир-80, Утп-283                                           |

|                                                            |        |
|------------------------------------------------------------|--------|
| - стоимость питания ребенка согласно Контракта составляет: | 204-90 |
|------------------------------------------------------------|--------|

**3. *SPERMATOPHYTES***

«Комбинат  
школьного  
питания № 1»

Согласовано: Зав.участком д/с \_\_\_\_\_

МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

| Выход (г) | Наименование блюда                                                                                                                                                             | эн. цен. (ккал), белок (г), углеводов (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
|           | <i>Обед</i>                                                                                                                                                                    |                                                                                 |
| 70        | <b>Котлета "Здоровье" из мяса<br/>кур с морковью в/у</b><br><i>Котлетки-фриеши, Морковь, в/у, Вода, Супер витаминизированный, Смет. Липид растительный, Масло растительное</i> | кКал-125, Бел-9, Жир-9, Угл-2                                                   |
| 150       | <b>Макаронные изделия<br/>отварные</b><br><i>Макаронные изделия гр. 4, Смет. Масло сливочное</i>                                                                               | кКал-227, Бел-5, Жир-5, Угл-26                                                  |
| 20        | <b>Соус красный основной</b><br><i>Вода питьевая, Уксусный концентрат, Масло сливочное, Масло растительное, Томат-паста, Смет</i>                                              | кКал-17, Жир-1, Угл-1                                                           |
| 200       | <b>Кампот из смеси сухофруктов</b><br><i>Смесь сухофруктов, Сахар, Кампоты витаминизированные, Вода</i>                                                                        | кКал-108, Угл-29                                                                |
| 20        | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                             | кКал-43, Бел-1, Угл-9                                                           |
| 20        | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                          | кКал-48, Бел-2, Угл-10                                                          |
|           | <b>Итого за Обед</b>                                                                                                                                                           | кКал-569, Бел-18, Жир-15, Угл-77                                                |
|           | <b>Итого за</b>                                                                                                                                                                | кКал-569, Бел-18, Жир-15, Угл-77                                                |

|                                                           |       |
|-----------------------------------------------------------|-------|
| - стоимость питания в день, бюджета контракта составляет: | 60-00 |
|-----------------------------------------------------------|-------|

**RESEARCH DESIGN**

«Комбинат  
школьного  
питания № 1»

Согласовано: Зав.участком д/о \_\_\_\_\_

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

| Валюта (₽) | Наименование блюда                                                                                                                                                                                     | ин. зам. (валюта), белок (г), углеводы (г),<br>жир (г), витамин (мг), микроэлементы (мг) |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
|            | <u><b>Завтрак</b></u>                                                                                                                                                                                  |                                                                                          |
| 160        | <b>Кашиа из манной крупы</b><br><i>Крупа манная, Масло, Сахар, Молоко сквашенное</i>                                                                                                                   | кКал-196, Бел-14, Жир-20, Угт-52                                                         |
| 180        | <b>Чай с сахаром</b><br><i>Чай высшего сорта, Сахар, Молоко</i>                                                                                                                                        | кКал-54, Угт-14                                                                          |
| 10/5       | <b>Бутерброды с маслом 10/5</b><br><i>Молоко сквашенное (в пакет 0,2л), Хлеб пшеничный неаппетит</i>                                                                                                   | кКал-147, Бел-2, Жир-8, Угт-16                                                           |
|            | Итого за Завтрак                                                                                                                                                                                       | кКал-396, Бел-17, Жир-28, Угт-82                                                         |
|            | <u><b>2-ой завтрак</b></u>                                                                                                                                                                             |                                                                                          |
| 150        | <b>Соки фруктовые и ягодные</b><br><i>Итого за 2-ой завтрак</i>                                                                                                                                        | кКал-76, Бел-1, Угт-18<br>кКал-76, Бел-1, Угт-18                                         |
|            | <u><b>Обед</b></u>                                                                                                                                                                                     |                                                                                          |
| 40         | <b>Огурец порционный</b>                                                                                                                                                                               | кКал-6, Угт-1                                                                            |
| 150        | <b>Борщ с капустой и картошкой со сметаной в/у</b><br><i>Сметана в/у, Картофель вымытый, Картофель в/у, Морковь в/у, Помидоры, Лук репчатый, Говяжья вырезка, Молоко сквашенное в/у, Сахар, Чеснок</i> | кКал-74, Бел-1, Жир-3, Угт-11                                                            |
| 50         | <b>Комплета "Здоровье" из мяса кур с морковью в/у</b><br><i>Цыпленок-фриер, Морковь в/у, Молоко сквашенное в/у, Сметана, Лук репчатый, Молоко сквашенное</i>                                           | кКал-90, Бел-7, Жир-6, Угт-1                                                             |
| 110        | <b>Макаронные изделия отварные</b><br><i>Макаронные изделия гр. А, Сметана, Молоко сквашенное</i>                                                                                                      | кКал-167, Бел-4, Жир-3, Угт-19                                                           |
|            | <b>Соус красный основной</b><br><i>Вода питьевая, Листовые овощи, Морковь вымытая, Молоко сквашенное, Говяжья вырезка, Сметана</i>                                                                     | кКал-17, Жир-1, Угт-1                                                                    |
| 150        | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br><i>Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота аскорбиновая, Молоко</i>                                                                                                    | кКал-81, Угт-22                                                                          |
| 15         | <b>Хлеб ржаной</b>                                                                                                                                                                                     | кКал-32, Бел-1, Угт-7                                                                    |
| 15         | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                  | кКал-36, Бел-1, Угт-7                                                                    |
|            | Итого за Обед                                                                                                                                                                                          | кКал-502, Бел-14, Жир-14, Угт-70                                                         |
|            | <u><b>Полдник</b></u>                                                                                                                                                                                  |                                                                                          |
| 130        | <b>Омлет натуральный</b><br><i>Яйца, Молоко, Молоко сквашенное</i>                                                                                                                                     | кКал-259, Бел-12, Жир-22, Угт-18                                                         |
| 180        | <b>Чай "Смородина"</b><br><i>Чай высшего сорта, Молоко, Сахар, Смородина черная</i>                                                                                                                    | кКал-59, Угт-14                                                                          |
| 20         | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                  | кКал-48, Бел-2, Угт-10                                                                   |
| 100        | <b>Кисломолочный напиток</b>                                                                                                                                                                           | кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угт-4                                                             |
| 50         | <b>Булочка малютка</b><br><i>Молоко сквашенное, Сахар, Молоко сквашенное, Дрожжи (прессованные), Сметана, Молоко сквашенное, Говяжья вырезка</i>                                                       | кКал-147, Бел-4, Жир-2, Угт-28                                                           |
|            | Итого за Полдник                                                                                                                                                                                       | кКал-563, Бел-22, Жир-26, Угт-74                                                         |
|            | Итого за 3-ий завтрак                                                                                                                                                                                  | кКал-137, Бел-33, Жир-53, Жир-68, Угт-244                                                |

|                                                           |        |
|-----------------------------------------------------------|--------|
| - стоимость питания в день согласно контракта составляет: | 151-80 |
|-----------------------------------------------------------|--------|

9950

«Комбинат  
школьного  
питания № 1»

Согласовано: Заведующий д/о