

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

Выход (г)	Наименование блюда	з.н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
180	Каша вязкая молочная пшеничная Икра плавленая, Масло, Сыр, Масло сливочное	кКал-180, Бел-6, Жир-5, Утп-29
200	Чай с лимоном Чай высшего сорта, *Фоль, Сахар, Лимон	кКал-63, Утп-15
205	Бутерброды с маслом 20/5 Масло сливочное (в пачке 0,2кг), Хлеб пшеничный копченый	кКал-147, Бел-2, Жир-8, Утп-16
Итого за Завтрак		кКал-389, Бел-8, Жир-13, Утп-60
2-ой завтрак		
1	Фрукт сладкий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Утп-20
Итого за 2-ой завтрак		кКал-94, Бел-1, Жир-1, Утп-20
Обед		
50	Икра морковная в/у Морковь, яйцо, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сыр,	кКал-38, Бел-1, Жир-2, Утп-5
180	Борщ с капустой и картофелем со сметаной в/у Сельдя, ябл., Консервы белокачанные Картофель, ябл., Морковь, ябл., Петрушка, ябл. репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сыр, *Фоль, Сметана	кКал-88, Бел-1, Жир-3, Утп-13
70	Биточки рыбные из горбуши Горбуша с головой консервированная, Суши низкотехнологичные, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Хлеб пшеничный копченый, Сыр	кКал-174, Бел-8, Жир-11, Утп-8
130	Рис отварной Крупа Рис крахмалистый, Масло сливочное	кКал-186, Бел-3, Жир-6, Утп-25
20	Соус белый основной Лук репчатый, Арахис пекановый, *Фоль, Масло сливочное	кКал-15, Жир-1, Утп-1
180	Кампот из ягод (заморозка) Ягоды замороженные, Сахар, Кислота лимонная, *Фоль	кКал-129, Бел-1, Утп-32
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Утп-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Утп-10
Итого за Обед		кКал-743, Бел-17, Жир-24, Утп-108
Полдник		
150	Запеканка (рулет) Картофельная с курицей в/у	кКал-228, Бел-13, Жир-13, Утп-11
30	Соус молочный Молоко, Масло сливочное, Масло плавленое, *Фоль, Сыр	кКал-25, Бел-1, Жир-2, Утп-2
20	Чай с сахаром Чай высшего сорта, Сахар, *Фоль	кКал-60, Утп-15
80	Маник Крупка макаронная, Яйцо, Альбумин, Сахар, Соль поваренная, Масло сливочное	кКал-223, Бел-4, Жир-5, Утп-42
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Утп-4
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Утп-10
Итого за Полдник		кКал-624, Бел-22, Жир-22, Утп-84
Итого за день 1861, Бел-47, Жир-20, Утп-272		

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

Выход (г)	Наименование блюда	з.н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
160	Каша вязкая молочная пшеничная Икра плавленая, Масло, Сыр, Масло сливочное	кКал-160, Бел-5, Жир-4, Утп-26
180	Чай с лимоном Чай высшего сорта, *Фоль, Сахар, Лимон	кКал-57, Утп-14
10/5	Бутерброды с маслом 10/5 Масло сливочное (в пачке 0,2кг), Хлеб пшеничный копченый	кКал-147, Бел-2, Жир-8, Утп-16
Итого за Завтрак		кКал-363, Бел-8, Жир-12, Утп-56
2-ой завтрак		
1	Фрукт сладкий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Утп-20
Итого за 2-ой завтрак		кКал-94, Бел-1, Жир-1, Утп-20
Обед		
40	Икра морковная в/у Морковь, ябл. Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сыр,	кКал-30, Бел-1, Жир-2, Утп-4
150	Борщ с капустой и картофелем со сметаной в/у Сельдя, ябл., Консервы белокачанные Картофель, ябл., Морковь, ябл., Петрушка, ябл. репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сыр, *Фоль, Сметана	кКал-74, Бел-1, Жир-3, Утп-11
50	Биточки рыбные из горбуши Горбуша с головой консервированная, Суши низкотехнологичные, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Хлеб пшеничный копченый, Сыр	кКал-125, Бел-6, Жир-8, Утп-5
110	Рис отварной Крупа Рис крахмалистый, Масло сливочное	кКал-158, Бел-3, Жир-5, Утп-21
10	Соус белый основной Лук репчатый, Арахис пекановый, *Фоль, Масло сливочное	кКал-7, Жир-1, Утп-1
150	Кампот из ягод (заморозка) Ягоды замороженные, Сахар, Кислота лимонная, *Фоль	кКал-108, Бел-1, Утп-26
15	Хлеб ржаной	кКал-32, Бел-1, Утп-7
15	Хлеб пшеничный	кКал-36, Бел-1, Утп-7
Итого за Обед		кКал-369, Бел-12, Жир-18, Утп-83
Полдник		
120	Запеканка (рулет) картофельная с курицей в/у	кКал-182, Бел-10, Жир-10, Утп-9
20	Соус молочный Молоко, Масло сливочное, Арахис пекановый, *Фоль, Сыр	кКал-17, Жир-1, Утп-1
150	Чай с сахаром Чай высшего сорта, Сахар, *Фоль	кКал-45, Утп-11
50	Маник Крупка макаронная, Яйцо, Альбумин, Сахар, Соль поваренная, Масло сливочное	кКал-140, Бел-2, Жир-3, Утп-27
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Утп-4
10	Хлеб пшеничный	кКал-24, Бел-1, Утп-5
Итого за Полдник		кКал-448, Бел-17, Жир-17, Утп-57
Итого за день 1861, Бел-24, Жир-18, Утп-215		

МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	з.н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
70	Биточки рыбные из горбуши Горбуша с головой консервированная, Суши низкотехнологичные, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Хлеб пшеничный копченый, Сыр	кКал-174, Бел-8, Жир-11, Утп-8
150	Рис отварной Крупа Рис крахмалистый, Масло сливочное	кКал-215, Бел-4, Жир-7, Утп-29
200	Кампот из ягод (заморозка) Ягоды замороженные, Сахар, Кислота лимонная, *Фоль	кКал-144, Бел-1, Утп-35
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Утп-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Утп-10
Итого за Обед		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91
Итого за		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91

Выход (г)	Наименование блюда	з.н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
70	Биточки рыбные из горбуши Горбуша с головой консервированная, Суши низкотехнологичные, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Хлеб пшеничный копченый, Сыр	кКал-174, Бел-8, Жир-11, Утп-8
150	Рис отварной Крупа Рис крахмалистый, Масло сливочное	кКал-215, Бел-4, Жир-7, Утп-29
200	Кампот из ягод (заморозка) Ягоды замороженные, Сахар, Кислота лимонная, *Фоль	кКал-144, Бел-1, Утп-35
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Утп-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Утп-10
Итого за Обед		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91
Итого за		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91

МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	з.н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
65	Завтрак	65-00
70	Биточки рыбные из горбуши Горбуша с головой консервированная, Суши низкотехнологичные, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Хлеб пшеничный копченый, Сыр	кКал-174, Бел-8, Жир-11, Утп-8
150	Рис отварной Крупа Рис крахмалистый, Масло сливочное	кКал-215, Бел-4, Жир-7, Утп-29
200	Кампот из ягод (заморозка) Ягоды замороженные, Сахар, Кислота лимонная, *Фоль	кКал-144, Бел-1, Утп-35
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Утп-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Утп-10
Итого за Обед		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91
Итого за		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91

МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	з.н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
65	Завтрак	65-00
70	Биточки рыбные из горбуши Горбуша с головой консервированная, Суши низкотехнологичные, Масло растительное, Вода питьевая высшей категории качества, Хлеб пшеничный копченый, Сыр	кКал-174, Бел-8, Жир-11, Утп-8
150	Рис отварной Крупа Рис крахмалистый, Масло сливочное	кКал-215, Бел-4, Жир-7, Утп-29
200	Кампот из ягод (заморозка) Ягоды замороженные, Сахар, Кислота лимонная, *Фоль	кКал-144, Бел-1, Утп-35
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Утп-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Утп-10
Итого за Обед		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91
Итого за		кКал-624, Бел-14, Жир-18, Утп-91