

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша молочная Геркулес <small>Хлопья овсяные "Геркулес", Слив., Сахар., Вода питьевая высшей категории качества, Молоко, Масло сливочное.</small>	кКал-397, Бел-17, Жир-21, Угл-65
180	Чай с молоком <small>Чай высшего сорта, Сахар., Молоко, *Вода</small>	кКал-82, Бел-1, Жир-1, Угл-16
20/10	Бутерброд с сыром 20/10 <small>Сыр., *Хлеб пшеничный витамин.</small>	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
Итого за Завтрак		
кКал-640, Бел-25, Жир-32, Угл-95		
<u>2-ой завтрак</u>		
1	Фрукт свежий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
Итого за 2-ой завтрак		
кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20		
<u>Обед</u>		
180	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной в/у <small>Капуста белокочанная, Картофель, му, Морковь, му, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, *Вода Сметана</small>	кКал-222, Бел-8, Жир-16, Угл-12
70	Зразы рубленые <small>Сливой острый, *Хлеб пшеничный витамин., Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сахар пшеничный.</small>	кКал-222, Бел-8, Жир-16, Угл-12
130	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) <small>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное.</small>	кКал-300, Бел-9, Жир-8, Угл-49
20	Соус красный основной <small>Вода питьевая высшей категории качества, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Соль</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-1
180	Компот из изюма <small>Изюм., Сахар., Кислота лимонная, *Вода</small>	кКал-119, Угл-30
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Обед		
кКал-866, Бел-26, Жир-29, Угл-130		
<u>Полдник</u>		
150	Омлет натуральный <small>Яйцо, Молоко, Масло сливочное.</small>	кКал-299, Бел-14, Жир-25, Угл-20
50	Булочка Малиютка <small>Мука пшеничная, Сахар., Масло растительное, Дрожжи (прессованные), Соль, *Вода питьевая Яйцо, Ванилин</small>	кКал-147, Бел-4, Жир-2, Угл-28
200	Чай с сахаром <small>Чай высшего сорта, Сахар., *Вода</small>	кКал-60, Угл-15
100	Кисломолочный напиток <small>Кислота лимонная, Сахар., *Вода</small>	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Полдник		
кКал-604, Бел-23, Жир-30, Угл-77		
Итого за *кКал-204, Бел-75, Жир-90, Угл-322		

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	213-10
---	--------



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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
160	Каша молочная Геркулес <small>Хлопья овсяные "Геркулес", Слив., Сахар., Вода питьевая высшей категории качества, Молоко, Масло сливочное.</small>	кКал-318, Бел-14, Жир-17, Угл-52
180	Чай с молоком <small>Чай высшего сорта, Сахар., Молоко, *Вода</small>	кКал-82, Бел-1, Жир-1, Угл-16
10/10	Бутерброд с сыром 10/10 <small>Сыр., *Хлеб пшеничный витамин.</small>	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
Итого за Завтрак		
кКал-561, Бел-21, Жир-27, Угл-82		
<u>2-ой завтрак</u>		
1	Фрукт свежий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
Итого за 2-ой завтрак		
кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20		
<u>Обед</u>		
150	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной в/у <small>Капуста белокочанная, Картофель, му, Морковь, му, Петрушка, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, *Вода Сметана</small>	кКал-80, Бел-4, Жир-3, Угл-12
50	Зразы рубленые <small>Сливой острый, *Хлеб пшеничный витамин., Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сахар пшеничный.</small>	кКал-159, Бел-6, Жир-11, Угл-8
110	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) <small>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное.</small>	кКал-254, Бел-8, Жир-6, Угл-42
10	Соус красный основной <small>Вода питьевая высшей категории качества, Мука пшеничная, Масло сливочное, Томат-паста, Соль</small>	кКал-8, Жир-1, Угл-1
150	Компот из изюма <small>Изюм., Сахар., Кислота лимонная, *Вода</small>	кКал-99, Угл-25
15	Хлеб ржаной	кКал-32, Бел-1, Угл-7
15	Хлеб пшеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7
Итого за Обед		
кКал-668, Бел-20, Жир-22, Угл-102		
<u>Полдник</u>		
130	Омлет натуральный <small>Яйцо, Молоко, Масло сливочное.</small>	кКал-259, Бел-12, Жир-22, Угл-18
50	Булочка Малиютка <small>Мука пшеничная, Сахар., Масло растительное, Дрожжи (прессованные), Соль, *Вода питьевая Яйцо, Ванилин</small>	кКал-147, Бел-4, Жир-2, Угл-28
180	Чай с сахаром <small>Чай высшего сорта, Сахар., *Вода</small>	кКал-54, Угл-14
100	Кисломолочный напиток <small>Кислота лимонная, Сахар., *Вода</small>	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Полдник		
кКал-558, Бел-21, Жир-26, Угл-73		
Итого за *кКал-1884, Бел-64, Жир-76, Угл-277		

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	157-90
---	--------



МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
60	Зразы рубленые <small>Сливой острый, *Хлеб пшеничный витамин., Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сахар пшеничный.</small>	кКал-190, Бел-7, Жир-14, Угл-10
150	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) <small>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное.</small>	кКал-347, Бел-10, Жир-9, Угл-57
200	Компот из изюма <small>Изюм., Сахар., Кислота лимонная, *Вода</small>	кКал-132, Угл-33
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Угл-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Обед		
кКал-760, Бел-21, Жир-23, Угл-119		
Итого за *кКал-760, Бел-21, Жир-23, Угл-119		

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:	65-00
---	-------

