

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

Выход (г)	Наименование блюда	из цен (квал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
200	Каша молочная Геркулес	кКал-397, Бел-17, Жир-21, Угл-65
Завтрак с кашей "Геркулес", Слив., Сахар., Ябло (пюре) и медом (пюре) (пюре), Масло, Масло сливочное.		
180	Чай с молоком	кКал-82, Бел-1, Жир-1, Угл-16
Чай высшего сорта, Сахар., Молоко, Ябло		
20/10	Бутерброд с сыром 20/10	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
Сыр., Хлеб пшеничный высшего		
Итого за Завтрак кКал-640, Бел-25, Жир-32, Угл-95		
<b>2-ой завтрак</b>		
1	Фрукт свежий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
Итого за 2-ой завтрак кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20		
<b>Обед</b>		
180	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной в/у	кКал-96, Бел-5, Жир-3, Угл-15
Копченая баранина, Картофель, Мясо, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Ябло, Сметана		
70	Зразы рубленые	кКал-222, Бел-8, Жир-16, Угл-12
Сливой сметаной, Хлеб пшеничный высшего, Масло, Лук репчатый, Масло растительное, Ябло, Сыр		
130	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	кКал-300, Бел-9, Жир-8, Угл-49
Крупа гречневая, Ябло, Масло сливочное		
20	Соус красный основной	кКал-17, Жир-1, Угл-1
Вода питьевая высшего качества, Масло растительное, Томат-паста, Слив		
180	Компот из изюма	кКал-119, Угл-30
Изюм, Сахар., Касьяно ванильный, Ябло		
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		
<b>Полдник</b>		
150	Омлет натуральный	кКал-299, Бел-14, Жир-25, Угл-20
Ябло, Масло, Масло сливочное		
50	Булочка Маютка	кКал-147, Бел-4, Жир-2, Угл-28
Молоко пастеризованное, Сахар., Масло растительное, Дрожжи (пресованные), Слив., Ябло пшеница, Ябло, Ванилин		
200	Чай с сахаром	кКал-60, Угл-15
Чай высшего сорта, Сахар., Ябло		
100	Кисломолочный напиток	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-2204, 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	из цен (квал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
160	Каша молочная Геркулес	кКал-318, Бел-14, Жир-17, Угл-52
Завтрак с кашей "Геркулес", Слив., Сахар., Ябло (пюре) и медом (пюре) (пюре), Масло, Масло сливочное.		
180	Чай с молоком	кКал-82, Бел-1, Жир-1, Угл-16
Чай высшего сорта, Сахар., Молоко, Ябло		
10/10	Бутерброд с сыром 10/10	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
Сыр., Хлеб пшеничный высшего		
Итого за Завтрак кКал-561, Бел-21, Жир-27, Угл-82		
<b>2-ой завтрак</b>		
1	Фрукт свежий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
Итого за 2-ой завтрак кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20		
<b>Обед</b>		
150	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной в/у	кКал-80, Бел-4, Жир-3, Угл-12
Копченая баранина, Картофель, Мясо, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Ябло, Сметана		
50	Зразы рубленые	кКал-159, Бел-6, Жир-11, Угл-8
Сливой сметаной, Хлеб пшеничный высшего, Масло, Лук репчатый, Масло растительное, Ябло, Сыр		
110	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	кКал-254, Бел-8, Жир-6, Угл-42
Крупа гречневая, Ябло, Масло сливочное		
10	Соус красный основной	кКал-8, Жир-1, Угл-1
Вода питьевая высшего качества, Масло растительное, Томат-паста, Слив		
150	Компот из изюма	кКал-99, Угл-25
Изюм, Сахар., Касьяно ванильный, Ябло		
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		
<b>Полдник</b>		
130	Омлет натуральный	кКал-299, Бел-12, Жир-22, Угл-18
Ябло, Масло, Масло сливочное		
50	Булочка Маютка	кКал-147, Бел-4, Жир-2, Угл-28
Молоко пастеризованное, Сахар., Масло растительное, Дрожжи (пресованные), Слив., Ябло пшеница, Ябло, Ванилин		
180	Чай с сахаром	кКал-54, Угл-14
Чай высшего сорта, Сахар., Ябло		
100	Кисломолочный напиток	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-1881, Бел-64, Жир-76, Угл-277		

стоимость питания в день согласно Контракта составляет: 157-90



МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	из цен (квал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)
<b>Обед</b>		
60	Зразы рубленые	кКал-190, Бел-7, Жир-14, Угл-10
Сливой сметаной, Хлеб пшеничный высшего, Масло, Лук репчатый, Масло растительное, Ябло, Сыр		
150	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	кКал-347, Бел-10, Жир-9, Угл-57
Крупа гречневая, Ябло, Масло сливочное		
200	Компот из изюма	кКал-132, Угл-33
Изюм, Сахар., Касьяно ванильный, Ябло		
20	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Угл-14
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

