

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

Выход (г)	Наименование блюда	из цен (ккал), белки (г), углеводов (г), витаминов (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
180	Каша вязкая молочная ячневая <small>Крупа ячневая, Молоко, Яблоко, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-266, Бел-11, Жир-12, Угл-56
200	Чай с сахаром <small>Чай высшего сорта, Сахар, Яблоко</small>	кКал-60, Угл-15
20/10	Бутерброд с сыром 20/10 <small>Сыр, Хлеб пшеничный высшего</small>	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
Итого за Завтрак кКал-487, Бел-18, Жир-21, Угл-83		
<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>		
50	Икра кабачковая ттк	кКал-60, Бел-1, Жир-4, Угл-4
180	Суп картофельный с бобовыми в/у <small>Картофель, му, Горох зеленый, Лук репчатый, Морковь, му, Масло растительное, Яблоко</small>	кКал-156, Бел-4, Жир-6, Угл-33
20	Гренки	кКал-63, Бел-2, Угл-13
70	Котлеты, биточки, индизели (свинина) <small>Свиней окорок, Хлеб пшеничный высшего, Яблоко, Лук репчатый высшего качества, Сырчик пармезанский, Масло растительное</small>	кКал-249, Бел-10, Жир-18, Угл-18
130	Рис с овощами в/у <small>Крупа Рис круглый, Морковь, му, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное</small>	кКал-163, Бел-4, Жир-5, Угл-25
20	Соус красный основной <small>Яблоко, Лук репчатый, Томат-паста, Соль</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-1
180	Компот из смеси сухофруктов <small>Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота аскорбиновая, Яблоко</small>	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-917, Бел-24, Жир-36, Угл-144		
<b>Полдник</b>		
180	Суп картофельный с рыбой (минтай) в/у <small>Картофель, му, Лук репчатый, Масло растительное, Морковь, му, Соль, Яблоко, Минтай Фр</small>	кКал-184, Бел-9, Жир-6, Угл-24
200	Чай "Смородина" <small>Чай высшего сорта, Яблоко, Сахар, Сахарозаменитель</small>	кКал-65, Угл-16
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
60	Шанезжка с картофелем в/у <small>Молоко пастеризованное, Сахар, Масло сливочное, Соль, Дрожжи (пресованные), Яблоко, Картофель, му, Масло растительное</small>	кКал-162, Бел-7, Жир-4, Угл-23
30	Хлеб пшеничный	кКал-72, Бел-2, Угл-14
Итого за Полдник кКал-533, Бел-22, Жир-13, Угл-82		
Итого за кКал-2 030, Бел-65, Жир-70, Угл-330		

стоимость питания в день согласно Контракта составляет: 213-10



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

Выход (г)	Наименование блюда	из цен (ккал), белки (г), углеводов (г), витаминов (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак</b>		
160	Каша вязкая молочная ячневая <small>Крупа ячневая, Молоко, Яблоко, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-236, Бел-10, Жир-11, Угл-50
180	Чай с сахаром <small>Чай высшего сорта, Сахар, Яблоко</small>	кКал-54, Угл-14
10/10	Бутерброд с сыром 10/10 <small>Сыр, Хлеб пшеничный высшего</small>	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
Итого за Завтрак кКал-451, Бел-16, Жир-19, Угл-77		
<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>		
40	Икра кабачковая ттк	кКал-60, Бел-1, Жир-4, Угл-4
150	Суп картофельный с бобовыми в/у <small>Картофель, му, Горох зеленый, Лук репчатый, Морковь, му, Масло растительное, Яблоко</small>	кКал-130, Бел-3, Жир-5, Угл-28
10	Гренки	кКал-32, Бел-1, Угл-6
50	Котлеты, биточки, индизели (свинина) <small>Свиней окорок, Хлеб пшеничный высшего, Яблоко, Лук репчатый высшего качества, Сырчик пармезанский, Масло растительное</small>	кКал-178, Бел-7, Жир-13, Угл-13
110	Рис с овощами в/у <small>Крупа Рис круглый, Морковь, му, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное</small>	кКал-138, Бел-4, Жир-4, Угл-21
10	Соус красный основной <small>Яблоко, Лук репчатый, Томат-паста, Соль</small>	кКал-8, Жир-1, Угл-1
150	Компот из смеси сухофруктов <small>Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота аскорбиновая, Яблоко</small>	кКал-81, Угл-22
15	Хлеб ржаной	кКал-32, Бел-1, Угл-7
Итого за Обед кКал-646, Бел-16, Жир-27, Угл-100		
<b>Полдник</b>		
150	Суп картофельный с рыбой (минтай) в/у <small>Картофель, му, Лук репчатый, Масло растительное, Морковь, му, Соль, Яблоко, Минтай Фр</small>	кКал-154, Бел-9, Жир-5, Угл-20
180	Чай "Смородина" <small>Чай высшего сорта, Яблоко, Сахар, Сахарозаменитель</small>	кКал-59, Угл-14
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
50	Шанезжка с картофелем в/у <small>Молоко пастеризованное, Сахар, Масло сливочное, Соль, Дрожжи (пресованные), Яблоко, Картофель, му, Масло растительное</small>	кКал-135, Бел-6, Жир-4, Угл-19
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Полдник кКал-435, Бел-18, Жир-11, Угл-68		
Итого за кКал 1 636, Бел-52, Жир-58, Угл-265		

стоимость питания в день согласно Контракта составляет: 157-90



МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	из цен (ккал), белки (г), углеводов (г), витаминов (мг), микроэлементы (мг)
<b>Обед</b>		
70	Котлеты, биточки, индизели (свинина) <small>Свиней окорок, Хлеб пшеничный высшего, Яблоко, Лук репчатый высшего качества, Сырчик пармезанский, Масло растительное</small>	кКал-249, Бел-10, Жир-18, Угл-18
150	Рис с овощами в/у <small>Крупа Рис круглый, Морковь, му, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное</small>	кКал-188, Бел-5, Жир-6, Угл-29
200	Компот из смеси сухофруктов <small>Смесь сухофруктов, Сахар, Кислота аскорбиновая, Яблоко</small>	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-638, Бел-17, Жир-24, Угл-93		
Итого за кКал-636, Бел-17, Жир-24, Угл-93		

стоимость питания в день согласно Контракта составляет: 65-00

