

МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
60	Зразы рубленые <small>Сливой окорок, Хлеб пшеничный витамин., Масло, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сухофрукты паприковские.</small>	кКал-190, Бел-7, Жир-14, Угл-10
150	Пюре из бобовых с маслом <small>Горох колотый, Масло сливочное.</small>	кКал-243, Бел-13, Жир-7, Угл-32
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 тиеничный	кКал-18, Бел-2, Угл-10
Итого за Обед		кКал-656, Бел-23, Жир-21, Угл-94
Итого за		кКал-656, Бел-23, Жир-21, Угл-94

Заведующая производством

Бухгалтер

Согласовано: Заведующий д/с



МДОУ ДС Ладушки (Ясли-Зг.г.Качканар)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
160	Суп молочный с макаронными изделиями <small>Макароны, *Вода, Масло сливочное, Сахар, Макароны изделия зр.А</small>	кКал-96, Бел-4, Жир-3, Угл-12
10/10	Бутерброд с повидлом 10/10 <small>Повидло, Хлеб пшеничный витамин.</small>	кКал-57, Бел-1, Жир-1, Угл-10
180	Чай с молоком <small>Чай высшего сорта, Сахар, Молоко, *Вода</small>	кКал-82, Бел-1, Жир-1, Угл-16
Итого за Завтрак		кКал-235, Бел-6, Жир-6, Угл-38
2-ой завтрак		
150	Соки фруктовые и ягодные	кКал-76, Бел-1, Угл-18
Итого за 2-ой завтрак		кКал-76, Бел-1, Угл-18
Обед		
50	Зразы рубленые <small>Сливой окорок, Хлеб пшеничный витамин., Масло, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сухофрукты паприковские.</small>	кКал-159, Бел-6, Жир-11, Угл-8
110	Пюре из бобовых с маслом <small>Горох колотый, Масло сливочное.</small>	кКал-178, Бел-10, Жир-5, Угл-23
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 тиеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7
150	Рассольник ленинградский со сметаной в/у <small>Картофель, в/у, Крупа перловая, Морковь, в/у, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Масло растительное, *Вода, Сметана</small>	кКал-126, Бел-3, Жир-3, Угл-28
Итого за Обед		кКал-630, Бел-21, Жир-19, Угл-98
Полдник		
130	Омлет натуральный <small>Яйцо, Молоко, Масло сливочное.</small>	кКал-259, Бел-12, Жир-22, Угл-18
180	Чай с сахаром <small>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</small>	кКал-54, Угл-14
15	Хлеб тиеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
50	Булочка Магютка <small>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное, Дрожжи прессованные, Соль, *Вода лимонная, Яйцо, Ванилин</small>	кКал-147, Бел-1, Жир-2, Угл-28
Итого за Полдник		кКал-546, Бел-21, Жир-26, Угл-70
Итого за		кКал-1487, Бел-49, Жир-52, Угл-224

Заведующая производством

Бухгалтер

Согласовано: Заведующий д/с



МДОУ ДС Ладушки (Д/с3-7лет г.Качканар)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Суп молочный с макаронными изделиями <small>Макароны, *Вода, Масло сливочное, Сахар, Макароны изделия зр.А</small>	кКал-120, Бел-4, Жир-4, Угл-14
180	Чай с молоком <small>Чай высшего сорта, Сахар, Молоко, *Вода</small>	кКал-82, Бел-1, Жир-1, Угл-16
20/10	Бутерброд с повидлом 20/10 <small>Повидло, Хлеб пшеничный витамин.</small>	кКал-85, Бел-1, Жир-2, Угл-15
Итого за Завтрак		кКал-287, Бел-7, Жир-7, Угл-46
2-ой завтрак		
180	Соки фруктовые и ягодные	кКал-91, Бел-1, Угл-22
Итого за 2-ой завтрак		кКал-91, Бел-1, Угл-22
Обед		
70	Зразы рубленые <small>Сливой окорок, Хлеб пшеничный витамин., Масло, Лук репчатый, Масло растительное, Яйцо, Сухофрукты паприковские.</small>	кКал-222, Бел-8, Жир-16, Угл-12
130	Пюре из бобовых с маслом <small>Горох колотый, Масло сливочное.</small>	кКал-210, Бел-12, Жир-6, Угл-27
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 тиеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
180	Рассольник ленинградский со сметаной в/у <small>Картофель, в/у, Крупа перловая, Морковь, в/у, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Масло растительное, *Вода, Сметана</small>	кКал-152, Бел-4, Жир-4, Угл-33
Итого за Обед		кКал-815, Бел-27, Жир-26, Угл-126
Полдник		
150	Омлет натуральный <small>Яйцо, Молоко, Масло сливочное.</small>	кКал-299, Бел-14, Жир-25, Угл-20
200	Чай с сахаром <small>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</small>	кКал-60, Угл-15
20	Хлеб тиеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
50	Шанежка с малиной <small>Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное, Соль, Дрожжи прессованные, *Вода лимонная, Яйцо, Масло растительное, Сметана</small>	кКал-150, Бел-4, Жир-4, Угл-25
Итого за Полдник		кКал-607, Бел-23, Жир-32, Угл-74
Итого за		кКал-1800, Бел-58, Жир-65, Угл-267

Заведующая производством

Бухгалтер

Согласовано: Заведующий д/с

