

МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
60	Суфле из печени с рисом <small>Печень говяжья, Крупа Рис круглый, Лук репчатый, Масло сливочное, Яйца, Слив</small>	кКал-160, Бел-13, Жир-10, Угл-2
150	Капуста тушеная в/у <small>Капуста белокочанная, Масло растительное, Томат-паста, Морковь, Лу, Лук репчатый, Лист лавровый, Мука пшеничная, Сахар</small>	кКал-189, Бел-11, Жир-11, Угл-29
200	Кисель <small>Кисель малиново-клубничный, Кисельная смесь, Сахар</small>	кКал-121, Угл-30
20	Хлеб ржаной	кКал-61, Бел-1, Угл-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-18
Итого за Обед кКал-561, Бел-26, Жир-21, Угл-80		
Итого за 2-ой завтрак кКал-561, Бел-26, Жир-21, Угл-80		

Заведующая учреждением _____ Бухгалтер _____ Ответственно: Заведующий а/с _____



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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Каша вязкая молочная ячневая <small>Крупа ячневая, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-266, Бел-11, Жир-12, Угл-56
160	Кофейный напиток с молоком <small>Кофейный напиток, *Вода, Сахар, Молоко</small>	кКал-81, Бел-3, Жир-2, Угл-13
10	Хлеб пшеничный	кКал-24, Бел-1, Угл-5
5	Сыр (порциями)	кКал-17, Бел-1, Жир-1

Итого за Завтрак кКал-388, Бел-16, Жир-16, Угл-73

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	Суфле из печени с рисом <small>Печень говяжья, Крупа Рис круглый, Лук репчатый, Масло сливочное, Яйца, Слив</small>	кКал-134, Бел-10, Жир-8, Угл-2
110	Капуста тушеная в/у <small>Капуста белокочанная, Масло растительное, Томат-паста, Морковь, Лу, Лук репчатый, Лист лавровый, Мука пшеничная, Сахар</small>	кКал-139, Бел-8, Жир-8, Угл-21
15	Хлеб ржаной	кКал-32, Бел-1, Угл-7
15	Хлеб пшеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7
150	Суп картофельный с крупой "Геркулес" в/у <small>Картофель, Лу, Хлопья овсяные "Геркулес", Морковь, Лу, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Сметана</small>	кКал-49, Бел-1, Жир-2, Угл-7
40	Морковь отварная в/у	кКал-30, Бел-1, Угл-3
150	Кисель "Витошка" <small>Кисель "Витошка", *Вода</small>	кКал-71, Угл-18

Итого за Обед кКал-491, Бел-22, Жир-18, Угл-65

Полдник

130	Запеканка из творога с печеньем <small>Творог, Крупа манная, Сахар, Яйца, Печенье "Юбилейное", Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана</small>	кКал-388, Бел-38, Жир-49, Угл-41
20	Соус фруктовый <small>Помидор, Мука пшеничная, *Вода</small>	кКал-52, Угл-13
180	Напиток из плодов шиповника <small>Плоды шиповника, Сахар, *Вода</small>	кКал-129, Бел-1, Угл-32
100	Кисломолочный напиток <small>Кисломолочный напиток, Сахар, *Вода</small>	кКал-90, Бел-3, Жир-3, Угл-4
15	Хлеб пшеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7

Итого за Полдник кКал-656, Бел-43, Жир-51, Угл-97

Итого за кКал-1 644, Бел-82, Жир-85, Угл-254

Заведующая учреждением _____ Бухгалтер _____ Ответственно: Заведующий а/с _____



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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
190	Каша вязкая молочная ячневая <small>Крупа ячневая, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-280, Бел-12, Жир-13, Угл-59
180	Кофейный напиток с молоком <small>Кофейный напиток, *Вода, Сахар, Молоко</small>	кКал-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
10	Сыр (порциями)	кКал-34, Бел-3, Жир-3

Итого за Завтрак кКал-454, Бел-19, Жир-18, Угл-83

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	Суфле из печени с рисом <small>Печень говяжья, Крупа Рис круглый, Лук репчатый, Масло сливочное, Яйца, Слив</small>	кКал-187, Бел-15, Жир-11, Угл-3
130	Капуста тушеная в/у <small>Капуста белокочанная, Масло растительное, Томат-паста, Морковь, Лу, Лук репчатый, Лист лавровый, Мука пшеничная, Сахар</small>	кКал-164, Бел-9, Жир-9, Угл-25
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
180	Суп картофельный с крупой "Геркулес" в/у <small>Картофель, Лу, Хлопья овсяные "Геркулес", Морковь, Лу, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Сметана</small>	кКал-59, Бел-1, Жир-2, Угл-8
200	Кисель "Витошка" <small>Кисель "Витошка", *Вода</small>	кКал-95, Угл-24
50	Икра морковная в/у <small>Морковь, Лу, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сахар</small>	кКал-38, Бел-1, Жир-2, Угл-5

Итого за Обед кКал-655, Бел-29, Жир-25, Угл-89

Полдник

150	Запеканка из творога с печеньем <small>Творог, Крупа манная, Сахар, Яйца, Печенье "Юбилейное", Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана</small>	кКал-448, Бел-44, Жир-56, Угл-48
30	Соус фруктовый <small>Помидор, Мука пшеничная, *Вода</small>	кКал-78, Угл-19
200	Напиток из плодов шиповника <small>Плоды шиповника, Сахар, *Вода</small>	кКал-144, Бел-1, Угл-35
100	Кисломолочный напиток <small>Кисломолочный напиток, Сахар, *Вода</small>	кКал-90, Бел-3, Жир-3, Угл-4
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10

Итого за Полдник кКал-768, Бел-50, Жир-59, Угл-116

Итого за кКал-1 968, Бел-98, Жир-102, Угл-310

Заведующая учреждением _____ Бухгалтер _____ Ответственно: Заведующий а/с _____

