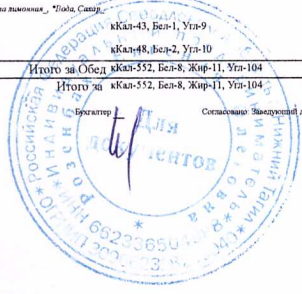


МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
70	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое <small>Минтай в/с, Ябло, Лук репчатый, Масло, Крупа Рис круглый, Масло растительное, Соль</small>	кКал-113, Бел-2, Жир-5, Угл-7
150	Пюре картофельное в/у <small>Картофель, му, Масло, Масло сливочное</small>	кКал-227, Бел-3, Жир-5, Угл-49
200	Кисель <small>Кисель клубнично-яблочный, Кислота лимонная, Ягода, Сахар</small>	кКал-121, Угл-30
20	Хлеб ржаной	кКал-43, Бел-1, Угл-9
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Обед		кКал-552, Бел-8, Жир-11, Угл-104
Итого за		кКал-552, Бел-8, Жир-11, Угл-104

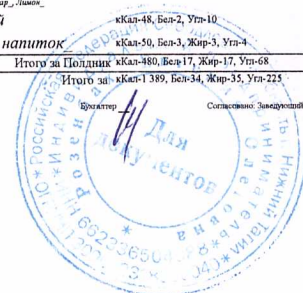
Заведующая предприятием _____



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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
160	Каша вязкая молочная пшеничная <small>Крупа пшеничная, Молоко, Вода, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-160, Бел-5, Жир-4, Угл-26
180	Кофейный напиток с молоком <small>Кофейный напиток, Вода, Сахар, Молоко</small>	кКал-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14
10/10	Бутерброд с повидлом 10/10 <small>Повидло, Хлеб пшеничный батончик</small>	кКал-57, Бел-1, Жир-1, Угл-10
Итого за Завтрак		кКал-308, Бел-9, Жир-8, Угл-50
Итого за 2-ой завтрак		кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
Обед		
50	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое <small>Минтай в/с, Ябло, Лук репчатый, Масло, Крупа Рис круглый, Масло растительное, Соль</small>	кКал-81, Бел-1, Жир-4, Угл-5
110	Пюре картофельное в/у <small>Картофель, му, Масло, Масло сливочное</small>	кКал-167, Бел-2, Жир-4, Угл-36
15	Хлеб ржаной	кКал-32, Бел-1, Угл-7
15	Хлеб пшеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7
150	Суп картофельный с тишеном в/у <small>Картофель, му, Крупа пшеничная, Морковь, му, Лук репчатый, Масло растительное, Вода, Сметана</small>	кКал-90, Бел-1, Жир-2, Угл-12
40	Свекла отварная в/у	кКал-30, Бел-1, Угл-3
150	Кисель "Витоника" <small>Кисель "Витоника", Вода</small>	кКал-71, Угл-18
Итого за Обед		кКал-507, Бел-8, Жир-9, Угл-87
Итого за 2-ой завтрак		кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
Полдник		
130	Плов с куриным филе в/у* <small>Филе куриное, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, му, Томат-паста, Крупа Рис круглый</small>	кКал-325, Бел-13, Жир-15, Угл-40
180	Чай с лимоном <small>Чай высшего сорта, Вода, Сахар, Лимон</small>	кКал-57, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
100	Кисломолочный напиток <small>Кисломолочный напиток</small>	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
Итого за Полдник		кКал-480, Бел-17, Жир-17, Угл-68
Итого за		кКал-1389, Бел-34, Жир-35, Угл-225

Заведующая предприятием _____



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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каша вязкая молочная пшеничная <small>Крупа пшеничная, Молоко, Вода, Сахар, Масло сливочное</small>	кКал-200, Бел-6, Жир-5, Угл-32
180	Кофейный напиток с молоком <small>Кофейный напиток, Вода, Сахар, Молоко</small>	кКал-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14
20/10	Бутерброд с повидлом 20/10 <small>Повидло, Хлеб пшеничный батончик</small>	кКал-85, Бел-1, Жир-2, Угл-15
Итого за Завтрак		кКал-376, Бел-10, Жир-10, Угл-61
Итого за 2-ой завтрак		кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
Обед		
70	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое <small>Минтай в/с, Ябло, Лук репчатый, Масло, Крупа Рис круглый, Масло растительное, Соль</small>	кКал-113, Бел-2, Жир-5, Угл-7
130	Пюре картофельное в/у <small>Картофель, му, Масло, Масло сливочное</small>	кКал-197, Бел-3, Жир-4, Угл-42
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
180	Суп картофельный с тишеном в/у <small>Картофель, му, Крупа пшеничная, Морковь, му, Лук репчатый, Масло растительное, Вода, Сметана</small>	кКал-108, Бел-2, Жир-2, Угл-14
50	Свекла отварная в/у	кКал-38, Бел-1, Угл-3
200	Кисель "Витоника" <small>Кисель "Витоника", Вода</small>	кКал-95, Угл-24
Итого за Обед		кКал-663, Бел-10, Жир-12, Угл-114
Итого за Полдник		кКал-376, Бел-15, Жир-17, Угл-47
Итого за		кКал-1693, Бел-41, Жир-42, Угл-275

Заведующая предприятием _____

