

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

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белок (г), углеводов (г), жиров (г), микроэлементы (мг)
	<u>Завтрак</u>	
150	Каши вязкая молочная яичная <i>Крупа ячменная, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</i>	кКал-221, Бел-9, Жир-10, Угл-46
180	Чай с сахаром <i>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</i>	кКал-54, Угл-14
10/10	Бутерброд с сыром 10/10 <i>Сыр, *Хлеб пшеничный</i>	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
	Итого за Завтрак	кКал-436, Бел-16, Жир-19, Угл-74
	<u>2-ой завтрак</u>	
1	Фрукт свежий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
	Итого за 2-ой завтрак	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20

70-00

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:

170-78

Выход (г)	Наименование блюда	эл. бел. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), макроэлементы (мг)
	<u>Запирок</u>	
170	Каша вязкая молочная ячневая <i>Крупа ячневая, Молоко, *Вода, Сахар, Масло сливочное</i>	кКал-251, Бел-11, Жир-11, Угл-53
200	Чай с сахаром <i>Чай высшего сорта, Сахар, *Вода</i>	кКал-60, Угл-15
20/10	Бутерброд с сыром 20/10 <i>Сыр, *Хлеб пшеничный высшего</i>	кКал-161, Бел-7, Жир-9, Угл-14
	Итого за Запирок	кКал-472, Бел-17, Жир-20, Угл-82
	<u>2-ой завтрак</u>	
1	Фрукт свежий*	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
	Итого за 2-ой завтрак	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20
	<u>Обед</u>	
180	Суп картофельный с бобовыми в/у <i>Картофель, в/у, Горох салатный, *Лук репчатый, *Морковь, в/у, Масло растительное, *Вода</i>	кКал-156, Бел-4, Жир-6, Угл-33
180	Компот из смеси сухофруктов <i>Смесь сухофруктов, Сахар, *Кислота лимонная, *Вода</i>	кКал-97, Угл-26
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Угл-14
70	Котлеты, биточки, шницели (свинина) <i>Свиней окорок, *Хлеб пшеничный высшего, *Вода питьевая высшего категории качества, *Сухари панировочные, *Масло растительное</i>	кКал-249, Бел-10, Жир-18, Угл-18
130	Рис с овощами в/у <i>Крупа Рис круглый, *Морковь, в/у, Лук репчатый, *Тыква-паста, *Масло растительное</i>	кКал-163, Бел-4, Жир-5, Угл-25
50	Икра кабачковая т/тк	кКал-60, Бел-1, Жир-4, Угл-4
20	Гренки	кКал-63, Бел-2, Угл-13
20	Соус красный основной <i>*Вода питьевая высшего категории качества, *Мухи пшеничные, *Масло сливочное, *Тыква-паста, *Соль</i>	кКал-917, Бел-24, Жир-36, Угл-144
	Итого за Обед	
	<u>Полдник</u>	
180	Суп картофельный с рыбой (минтай) в/у <i>Картофель, в/у, Лук репчатый, *Масло растительное, *Морковь, в/у, Соль, *Вода Минтай в/у</i>	кКал-184, Бел-9, Жир-6, Угл-24
200	Чай "Смородина" <i>Чай высшего сорта, *Вода, Сахар, *Смородина черная</i>	кКал-72, Угл-18
30	Хлеб пшеничный	кКал-72, Бел-2, Угл-14
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-14
50	Шанежка с картошкой в/у <i>Мухи картофеля Сахар, *Масло сливочное, *Соль, *Дрожжи (прессованные), *Вода питьевая, Яйца, Картофель, в/у, *Масло растительное</i>	кКал-135, Бел-6, Жир-4, Угл-19
	Итого за Полдник	кКал-513, Бел-21, Жир-12, Угл-80
	Итого за	кКал-1996, Бел-63, Жир-69, Угл-323

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:

230-48