

МДОУ ДС Ладушки (Сотрудники (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
70	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	кКал-113, Бел-2, Жир-5, Угл-7
<i>Минтай в/у, Яйцо, Лук репчатый, Масло, Крупа Рис крутой, Масло растительное, Соль</i>		
150	Пюре картофельное в/у	кКал-228, Бел-3, Жир-5, Угл-49
<i>Картофель в/у, Масло, Масло сливочное</i>		
200	Кисель	кКал-121, Угл-30
<i>Кисель плодово-ягодный, Кислота лимонная, Вода, Сахар</i>		
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

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:

70-00

Заведующая производством

Бухгалтер

Согласовано Заведующий а/с

МДОУ ДС Ладушки (Ясли1-3г.г.Качканар)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша вязкая молочная пшеничная	кКал-150, Бел-5, Жир-4, Угл-24
<i>Крупа пшеничная, Молоко, Вода, Сахар, Масло сливочное</i>		
180	Кофейный напиток с молоком	кКал-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14
<i>Кофейный напиток, Вода, Сахар, Молоко</i>		
10/10	Бутерброд с повидлом 10/10	кКал-57, Бел-1, Жир-1, Угл-10
<i>Повидло, Хлеб пшеничный батончик</i>		
Итого за Завтрак		кКал-298, Бел-8, Жир-8, Угл-48
<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>		
50	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	кКал-81, Бел-1, Жир-1, Угл-5
<i>Минтай в/у, Яйцо, Лук репчатый, Масло, Крупа Рис крутой, Масло растительное, Соль</i>		
110	Пюре картофельное в/у	кКал-167, Бел-2, Жир-4, Угл-36
<i>Картофель в/у, Масло, Масло сливочное</i>		
15	Хлеб ржаной	кКал-32, Бел-1, Угл-7
15	Хлеб пшеничный	кКал-36, Бел-1, Угл-7
150	Суп картофельный с пишеном в/у	кКал-90, Бел-1, Жир-2, Угл-12
<i>Картофель в/у, Крупа пшеничная, Морковь в/у, Лук репчатый, Масло растительное, Вода, Сытмала</i>		
40	Огурец порционный	кКал-6, Угл-1
150	Кисель "Витошка"	кКал-71, Угл-18
<i>Кисель "Витошка", Вода</i>		
Итого за Обед		кКал-483, Бел-7, Жир-9, Угл-85
<u>Полдник</u>		
130	Плов с куриным филе в/у*	кКал-325, Бел-13, Жир-15, Угл-40
<i>Филе куриное, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь в/у, Томат-паста, Крупа Рис крутой</i>		
180	Чай с лимоном	кКал-57, Угл-14
<i>Чай высшего сорта, Вода, Сахар, Лимон</i>		
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
Итого за Полдник		кКал-480, Бел-17, Жир-17, Угл-68
Итого за		кКал-1354, Бел-34, Жир-35, Угл-221

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:

170-78

Заведующая производством

Бухгалтер

Согласовано 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>		
170	Каша вязкая молочная пшеничная	кКал-170, Бел-5, Жир-4, Угл-27
<i>Крупа пшеничная, Молоко, Вода, Сахар, Масло сливочное</i>		
200	Кофейный напиток с молоком	кКал-101, Бел-3, Жир-3, Угл-16
<i>Кофейный напиток, Вода, Сахар, Молоко</i>		
20/10	Бутерброд с повидлом 20/10	кКал-85, Бел-1, Жир-2, Угл-15
<i>Повидло, Хлеб пшеничный батончик</i>		
Итого за Завтрак		кКал-356, Бел-10, Жир-9, Угл-58
<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>		
70	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	кКал-113, Бел-2, Жир-5, Угл-7
<i>Минтай в/у, Яйцо, Лук репчатый, Масло, Крупа Рис крутой, Масло растительное, Соль</i>		
130	Пюре картофельное в/у	кКал-197, Бел-3, Жир-4, Угл-42
<i>Картофель в/у, Масло, Масло сливочное</i>		
30	Хлеб ржаной	кКал-64, Бел-1, Угл-14
20	Хлеб пшеничный	кКал-48, Бел-2, Угл-10
180	Суп картофельный с пишеном в/у	кКал-108, Бел-2, Жир-2, Угл-14
<i>Картофель в/у, Крупа пшеничная, Морковь в/у, Лук репчатый, Масло растительное, Вода, Сытмала</i>		
50	Огурец порционный	кКал-7, Угл-1
200	Кисель "Витошка"	кКал-95, Угл-24
<i>Кисель "Витошка", Вода</i>		
Итого за Обед		кКал-632, Бел-10, Жир-12, Угл-112
<u>Полдник</u>		
150	Плов с куриным филе в/у*	кКал-376, Бел-15, Жир-17, Угл-47
<i>Филе куриное, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь в/у, Томат-паста, Крупа Рис крутой</i>		
200	Чай с лимоном	кКал-63, Угл-15
<i>Чай высшего сорта, Вода, Сахар, Лимон</i>		
30	Хлеб пшеничный	кКал-72, Бел-2, Угл-14
100	Кисломолочный напиток	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4
Итого за Полдник		кКал-560, Бел-20, Жир-20, Угл-80
Итого за		кКал-1643, Бел-41, Жир-42, Угл-270

- стоимость питания в день согласно Контракта составляет:

230-48

Заведующая производством

Бухгалтер

Согласовано Заведующий а/с

