

Основная (1-3 года весна/лето корпус 1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
160	Каша вязкая геркулесовая молочная	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	8-11
165	Чай с сахаром	Калорийность-46, Углеводы-12	0-36
25	Батон	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-47
Итого за завтрак		Калорийность-273, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-49	10-94
<u>обед</u>			
40	Икра свекольная	Калорийность-40, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5, Витамин С-3	2-41
175	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-6	5-29
120	Каша вязкая гречневая	Калорийность-117, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	3-61
70	Котлеты, биточки, шницели из говядины	Калорийность-139, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-7, Витамин С-1	41-07
165	Компот из кураги	Калорийность-94, Углеводы-23	3-11
8	Хлеб пшеничный	Калорийность-19, Белки-1, Углеводы-4	0-76
15	Хлеб ржаной	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-7	1-27
Итого за обед		Калорийность-514, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-75. Витамин С-10	57-52
<u>Уплотненный полдник</u>			
65	Пирожки печеные с картофелем и луком (сухих дрожжи)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-27	4-09
165	Молоко кипяченое	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	11-28
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-246, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-37. Витамин С-17	17-51
Итого за день		Калорийность-1 033, Белки-35, Жиры-28, Углеводы-161. Витамин С-27	85-97
Утвердил	Коростина	Кладовщик	Мерзлякова
заведующий	Наталья		Динара
Калькулятор	Михайловна	Викторовна	Рашитовна
	Сурнина Анастасия Владимировна		

Основная (3-7 года весна/лето корпус 1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
180	Каша вязкая геркулесовая молочная	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	9-13
190	Чай с сахаром	Калорийность-53, Углеводы-13	0-45
25	Батон	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-47
Итого за завтрак		Калорийность-301, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-53	12-05
<u>обед</u>			
60	Икра свекольная	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7, Витамин С-4	3-62
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, Витамин С-7	6-04
150	Каша вязкая гречневая	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	4-51
80	Котлеты, биточки, шницели из говядины	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин С-1	46-94
190	Компот из кураги	Калорийность-108, Углеводы-26	3-79
12	Хлеб пшеничный	Калорийность-28, Белки-1, Углеводы-6	0-89
20	Хлеб ржаной	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-26
Итого за обед		Калорийность-627, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-91. Витамин С-12	67-05
<u>Уплотненный полдник</u>			
75	Пирожки печеные с картофелем и луком (сухих дрожжи)	Калорийность-167, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-31, Витамин С-1	4-69
190	Молоко кипяченое	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10, Витамин С-3	12-99
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-287, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-43. Витамин С-27	20-87
Итого за день		Калорийность-1 215, Белки-40, Жиры-33, Углеводы-187. Витамин С-39	99-97
Утвердил	Коростина	Кладовщик	Мерзлякова
заведующий	Наталья		Динара
Калькулятор	Михайловна		Рашитовна
	Сурнина Анастасия Владимировна		