

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>			
165	<i>Суп молочный с рисом</i>	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14, Витамин С-1	10-77
25	<i>Батон</i>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-27
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-55
165	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-1	6-60
Итого за завтрак		Калорийность-278, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-38. Витамин С-2	25-19
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Йогурт</i>	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	11-86
Итого за 2 завтрак		Калорийность-93, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	11-86
<u>обед</u>			
40	<i>Икра свекольная</i>	Калорийность-40, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5, Витамин С-3	2-41
175	<i>Щи по - Уральски (с крупой)</i>	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-8	3-19
7	<i>Сметана</i>	Калорийность-11, Жиры-1	1-17
120	<i>Рагу из овощей</i>	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, Витамин С-17	10-18
70	<i>Котлеты, биточки, индичели рыбные</i>	Калорийность-100, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25	38-93
165	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-94, Углеводы-23	1-64
10	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	0-95
20	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-69
Итого за обед		Калорийность-471, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-84. Витамин С-28	60-16
<u>Уплотненный полдник</u>			
65	<i>Пирожки печёные с курагой (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-163, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-33	7-36
165	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	11-28
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-282, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-44. Витамин С-2	22-79
Итого за день		Калорийность-1 124, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-178. Витамин С-32	120-00
Утвердил	Коростина	Кладовщик	Мерзлякова
заведующий	Наталья		Динара
Калькулятор	Михайловна	Викторвна	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	<i>Суп молочный с рисом</i>	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-15, Витамин С-1	11-75
25	<i>Батон</i>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-27
8	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-53, Жиры-6	7-27
190	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	7-63
Итого за завтрак		Калорийность-320, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-40. Витамин С-2	29-92
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Йогурт</i>	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	11-86
Итого за 2 завтрак		Калорийность-93, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	11-86
<u>обед</u>			
60	<i>Икра свекольная</i>	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7, Витамин С-4	3-61
200	<i>Щи по - Уральски (с крупой)</i>	Калорийность-64, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-6, Витамин С-9	3-64
10	<i>Сметана</i>	Калорийность-16, Жиры-2	1-67
150	<i>Рагу из овощей</i>	Калорийность-130, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-15, Витамин С-21	12-73
80	<i>Котлеты, биточки, индичели рыбные</i>	Калорийность-114, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-28	44-49
190	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-108, Углеводы-26	1-98
15	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-42
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-53, Белки-1, Углеводы-11	1-77
Итого за обед		Калорийность-580, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-100. Витамин С-34	71-31
<u>Уплотненный полдник</u>			
75	<i>Пирожки печёные с курагой (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-188, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-38	8-49
190	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10, Витамин С-3	12-99
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-334, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-52. Витамин С-4	27-68
Итого за день		Калорийность-1 327, Белки-40, Жиры-46, Углеводы-204. Витамин С-40	140-77
Утвердил	Коростина	Кладовщик	Мерзлякова
заведующий	Наталья		Динара
Калькулятор	Михайловна	Викторвна	Рашитовна
	Сурнина Анастасия Владимировна		