

07.05.2025

Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	Каша манная жидкая молочная	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	9-06
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-54
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-33
20	Яйцо отварное	Калорийность-32, Белки-3, Жиры-2	5-61
Итого за завтрак		Калорийность-227, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-37	16-54
<u>2 завтрак</u>			
90	Молоко кипяченое	Калорийность-51, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-5, Витамин С-1	5-92
Итого за 2 завтрак		Калорийность-51, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-5, Витамин С-1	5-92
<u>обед</u>			
150	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-9	4-09
37	Птица в соусе с томатом	Калорийность-56, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-1, Витамин С-1	44-95
120	Каша перловая вязкая	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	4-65
150	Компот из изюма	Калорийность-86, Углеводы-21	2-98
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
Итого за обед		Калорийность-386, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-61, Витамин С-1	58-49
<u>Уплотненный полдник</u>			
65	Сдоба обыкновенная (дрожжи сухие)	Калорийность-183, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-34	5-91
150	Чай с молоком или сливками	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	6-16
3	Соль	Углеводы-11	0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-260, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-45	12-12
Итого за день		Калорийность-924, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-148, Витамин С-2	93-07

Утвердил
заведующий
Калькулятор



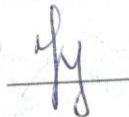
Козлова Елена
Валентиновна
Медякова Елена Владиславовна

Кладовщик



Медякова Елена
Владиславовна

Повар



Козлова И.А.

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)
завтрак			
150	Каша манная жидкая молочная	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20	10-46
180	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-65
32	Хлеб пшеничный	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-00
40	Яйцо отварное	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	11-22
Итого за завтрак		Калорийность-308, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-49	24-33
2 завтрак			
100	Молоко кипяченое	Калорийность-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-1	6-58
Итого за 2 завтрак		Калорийность-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-1	6-58
обед			
180	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	4-90
45	Птица в соусе с томатом	Калорийность-68, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-2, Витамин С-1	54-93
130	Каша перловая вязкая	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19	5-04
180	Компот из изюма	Калорийность-103, Углеводы-25	3-58
40	Хлеб ржаной	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	2-43
Итого за обед		Калорийность-459, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-75, Витамин С-1	70-88
Уплотненный полдник			
75	Сдоба обыкновенная (дрожжи сухие)	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-39	6-84
3	Соль		0-05
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	7-39
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-304, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-53	14-28
Итого за день		Калорийность-1 128, Белки-32, Жиры-33, Углеводы-182, Витамин С-2	116-07

Утвердил
заведующий
Калькулятор

Козлова Елена
Валентиновна
Медякова Елена Владиславовна

Кладовщик

Медякова Елена
Владиславовна

Повар

Козлова И.А.