

Основная (1-3 года осень/зима корпус 1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	Каша овсянная (геркулес) жидкая молочная	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	7-43
150	Какао с молоком	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	6-08
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-32
Итого за завтрак		Калорийность-244, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-39, Витамин С-1	14-83
<u>2 завтрак</u>			
100	Компот из изюма	Калорийность-57, Углеводы-14	1-94
Итого за 2 завтрак		Калорийность-57, Углеводы-14	1-94
<u>обед</u>			
150	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-5	2-61
100	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-170, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-23	5-40
60	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-164, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-10	25-82
150	Компот из кураги	Калорийность-86, Углеводы-21	3-43
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
Итого за обед		Калорийность-546, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-77, Витамин С-5	39-08
<u>Уплотненный полдник</u>			
50	Запеканка из творога	Калорийность-116, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7	15-74
20	Соус молочный (сладкий)	Калорийность-20, Жиры-1, Углеводы-3	1-09
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-62
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	1-98
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-249, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-35	19-48
Итого за день		Калорийность-1 096, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-165, Витамин С-6	75-33

Утвердил
заведующий
Калькулятор



Козлова Елена
Владимировна
Медведева Елена
Владимировна

Кладовщик

[Signature]

Медякова Елена
Владиславовна

Повар

[Signature]

Козлова И.А.

Основная (3-7 сад осень/зима)

Утвердил
заведующий
Калькулятор

КОЗЛОВА Елена
 Валентиновна
 Медякова Елена Владимировна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «ЦЕНТР КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ»

ДЛ
 ДОКУМЕНТОВ

1996061

Кладовщик

главна

Итого за день

Углеводы-185,
Медякова Елена
Владиславовна

Повар

Козлова И.А.