

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 вязкая молочная Дружба	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18, Витамин С-1	10-04
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-62
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
Итого за завтрак		Калорийность-220, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Витамин С-1	11-99
<u>обед</u>			
150	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-9	4-43
110	Пюре картофельное	Калорийность-101, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Витамин С-13	8-27
150	Компот из изюма	Калорийность-86, Углеводы-21	3-07
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
50	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-137, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-8	24-43
Итого за обед		Калорийность-460, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-66, Витамин С-13	42-02
<u>Уплотненный полдник</u>			
65	Сдоба обыкновенная (дрожжи сухие)	Калорийность-183, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-34	6-59
150	Молоко кипяченое	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	10-99
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-268, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-42, Витамин С-2	17-63
Итого за день		Калорийность-948, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-146, Витамин С-16	71-64

Утвердил
заведующий
Калькулятор

Кладовщик

Медякова Елена
Владиславовна

Повар

Козлова И.А.



Основная (3-7 сад осень/зима)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
150	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-151, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21, Витамин С-1	11-59
180	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-75
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
Итого за завтрак		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-49, Витамин С-1	14-34
обед			
180	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	5-32
130	Пюре картофельное	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18, Витамин С-16	9-77
180	Компот из изюма	Калорийность-103, Углеводы-25	3-68
40	Хлеб ржаной	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	2-43
70	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-191, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-12, Витамин С-1	34-19
Итого за обед		Калорийность-585, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-84, Витамин С-17	55-39
Уплотненный полдник			
75	Сдоба обыкновенная (дрожжи сухие)	Калорийность-212, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-39	7-62
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамин С-2	13-18
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-314, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-48, Витамин С-2	20-80
Итого за день		Калорийность-1 171, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-181, Витамин С-20	90-53

Утвердил
заведующий
Калькулятор



Кладовщик

[Signature]

Медякова Елена
Владиславовна

Повар

Козлова И.А.