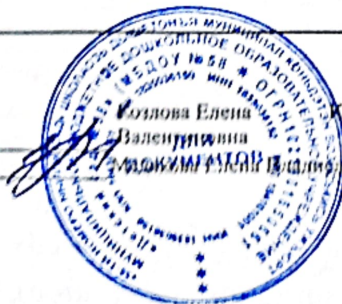


27.01.2025

Основная (3-7 сад осень/зима)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
150	Каша пшениная жидкая молочная	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23	11-34
180	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1	7-55
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
10	Масло порциями	Калорийность-66, Жиры-7	9-16
Итого за завтрак		Калорийность-365, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-51, Витамин С-1	30-05
<u>2 завтрак</u>			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	1-98
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	1-98
<u>обед</u>			
180	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Витамин С-13	3-31
130	Каша вязкая гречневая	Калорийность-127, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-18	5-81
70	Котлеты, биточки, шницели из говядины	Калорийность-139, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-7, Витамин С-1	44-06
4	Сметана	Калорийность-6, Жиры-1	0-75
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	2-65
40	Хлеб ржаной	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	2-43
Итого за обед		Калорийность-520, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-74, Витамин С-14	59-01
<u>Уплотненный полдник</u>			
180	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-131, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17, Витамин С-1	11-33
180	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-75
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
4	Соль		0-07
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-252, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-45, Витамин С-1	14-15
Итого за день		Калорийность-1 178, Белки-32, Жиры-35, Углеводы-179, Витамин С-66	105-19

Утвердил
заведующий
Калькулятор



Козлова Елена
Валентиновна
Кладовщик

Медякова Елена
Владиславовна

Повар

Козлова Н.А.

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 пшениная жидкая молочная	Калорийность-125, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20	9-82
150	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1	6-29
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
10	Масло порциями	Калорийность-66, Жиры-7	9-16
Итого за завтрак		Калорийность-308, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-41, Витамин С-1	26-60
<u>2 завтрак</u>			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	1-98
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	1-98
<u>обед</u>			
150	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-11	2-76
110	Каша вязкая гречневая	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-15	4-92
50	Котлеты, биточки, шницели из говядины	Калорийность-99, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-5, Витамин С-1	31-48
3	Сметана	Калорийность-5	0-56
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-21
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
Итого за обед		Калорийность-411, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-59, Витамин С-12	43-75
<u>Уплотненный полдник</u>			
150	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14, Витамин С-1	9-44
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-62
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-198, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34, Витамин С-1	11-44
Итого за день		Калорийность-958, Белки-26, Жиры-30, Углеводы-143, Витамин С-64	83-77

Утвердил
заведующий
Калькулятор



Кладовщик

[Signature]

Медякова Елена
Владиславовна

Повар

Козлова И.А.