

Основная (1-3 года весна/лето корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
180	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30	12-07
160	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11. Витамин С-1	6-13
30	<i>Батон</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	4-21
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	7-96
Итого за завтрак		Калорийность-367, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-56. Витамин С-1	30-37
<u>2 завтрак</u>			
101	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-93
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-93
<u>обед</u>			
60	<i>Салат картофельный</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8. Витамин С-1	4-04
175	<i>Суп картофельный с Геркулесом</i>	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10. Витамин С-6	5-01
199	<i>Капуста, тушеная с мясом</i>	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-10. Витамин С-19	86-12
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-88
32	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	2-70
150	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	3-67
Итого за обед		Калорийность-606, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-78. Витамин С-26	104-42
<u>Уплотненный полдник</u>			
100	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	Калорийность-156, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-2	19-53
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	0-57
33	<i>Печенье</i>	Калорийность-149, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-23	6-35
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-347, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-35	26-50
Итого за день		Калорийность-1 363, Белки-39, Жиры-41, Углеводы-179. Витамин С-29	167-22

Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Лебедева	Повар	Федорович
заведующий	Татьяна		Надежда		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Николаевна		Гаяновна
	Быстрова Наталия	Серафимовна			

Основная (3-7 года весна/лето корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)		
<u>завтрак</u>					
200	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность-205, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-34	13-41		
180	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13. Витамин С-1	6-90		
30	<i>Батон</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	4-21		
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	7-96		
Итого за завтрак		Калорийность-396, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-62. Витамин С-1	32-48		
<u>2 завтрак</u>					
101	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-93		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-93		
<u>обед</u>					
60	<i>Салат картофельный</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8. Витамин С-1	4-04		
175	<i>Суп картофельный с Геркулесом</i>	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10. Витамин С-6	5-01		
219	<i>Капуста, тушеная с мясом</i>	Калорийность-279, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-11. Витамин С-21	94-73		
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-88		
32	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	2-70		
180	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	4-41		
Итого за обед		Калорийность-649, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-83. Витамин С-28	113-77		
<u>Уплотненный полдник</u>					
100	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	Калорийность-156, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-2	19-53		
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	0-69		
33	<i>Печенье</i>	Калорийность-149, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-23	6-35		
3	<i>Соль</i>		0-05		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-355, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-38	26-62		
Итого за день		Калорийность-1 443, Белки-41, Жиры-43, Углеводы-193. Витамин С-31	178-80		
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Лебедева	Повар	Федорович
заведующий	Татьяна		Надежда		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Николаевна		Гаяннова
	Быстрова Наталия	Серафимовна			