

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	13-06
160	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11. Витамин С-1	6-40
28	<i>Батон</i>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-19
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-81
Итого за завтрак		Калорийность-362, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-55. Витамин С-1	31-46
<u>2 завтрак</u>			
101	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-89
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-89
<u>обед</u>			
49	<i>Кнели куриные с рисом</i>	Калорийность-128, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-3	36-75
120	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11. Витамин С-21	6-93
29	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-00
29	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	1-82
60	<i>Салат картофельный</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8. Витамин С-1	3-36
175	<i>Суп картофельный с Геркулесом</i>	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10. Витамин С-6	4-29
150	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	4-08
Итого за обед		Калорийность-562, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-80. Витамин С-28	59-23
<u>Уплотненный полдник</u>			
82	<i>Манник 60гр</i>	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	12-45
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	0-58
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-157, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-24	13-08
Итого за день		Калорийность-1 124, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-169. Витамин С-31	110-66

Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамаева	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Марита		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Салертдиновна		Файловна
	Вотинцева Элла Валерьевна				

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	14-51
180	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13. Витамин С-1	7-20
28	<i>Батон</i>	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	3-19
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-81
Итого за завтрак		Калорийность-391, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-61. Витамин С-1	33-71
<u>2 завтрак</u>			
101	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-89
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-89
<u>обед</u>			
65	<i>Кнели куриные с рисом</i>	Калорийность-170, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-4	49-00
150	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14. Витамин С-26	8-66
29	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-00
29	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	1-82
60	<i>Салат картофельный</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8. Витамин С-1	3-36
175	<i>Суп картофельный с Геркулесом</i>	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10. Витамин С-6	4-29
180	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	4-90
Итого за обед		Калорийность-644, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-88. Витамин С-33	74-03
<u>Уплотненный полдник</u>			
82	<i>Манник 60гр</i>	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	12-45
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	0-69
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-165, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-27	13-19
Итого за день		Калорийность-1 243, Белки-39, Жиры-37, Углеводы-186. Витамин С-36	127-82
Утвердил заведующий Калькулятор	Кашеварова Татьяна Леонидовна Вотинцева Элла Валерьевна	Кладовщик Шамеева Марита Салердиновна	Муллахметова Гузалия Файловна