

## 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)
<b><u>завтрак</u></b>			
180	<b>Каша пшениная жидкая молочная</b>	Калорийность-173, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28	<b>13-16</b>
160	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамин С-1	<b>7-32</b>
27	<b>Батон</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>2-84</b>
10	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	<b>8-99</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-367, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-55, Витамин С-1	<b>32-31</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
98	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-70</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-70</b>
<b><u>обед</u></b>			
40	<b>Салат картофельный</b>	Калорийность-43, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	<b>2-37</b>
175	<b>Суп с макаронными изделиями</b>	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	<b>5-30</b>
120	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Витамин С-21	<b>6-73</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>2-01</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	<b>1-79</b>
47	<b>Кнели куриные с рисом</b>	Калорийность-123, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-3	<b>27-83</b>
149	<b>Компот из изюма</b>	Калорийность-85, Углеводы-21	<b>3-62</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-560, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-80, Витамин С-21	<b>49-65</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
77	<b>Запеканка из творога</b>	Калорийность-179, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-10	<b>26-90</b>
19	<b>Джем, повидло</b>	Калорийность-40, Углеводы-11	<b>2-74</b>
150	<b>Чай с молоком или сливками</b>	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	<b>6-19</b>
30	<b>Печенье</b>	Калорийность-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21	<b>3-96</b>
4	<b>Соль</b>		<b>0-06</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-431, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-53	<b>39-85</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 400, Белки-48, Жиры-45, Углеводы-198, Витамин С-24	<b>128-51</b>
Утвердил заведующий Калькулятор	Кашеварова Татьяна Леонидовна Вотинцева Элла Валерьевна	Кладовщик    	Шамаева Марита Садертдиновна Повар   
			Муллахметова Гузалия Фаиловна

## 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)
<b><u>завтрак</u></b>			
200	<b>Каша пшеничная жидкая молочная</b>	Калорийность-193, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-31	<b>14-62</b>
180	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	<b>8-23</b>
27	<b>Батон</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	<b>2-84</b>
10	<b>Сыр порциями</b>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	<b>8-99</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-399, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-60, Витамин С-1	<b>34-68</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
98	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-70</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-70</b>
<b><u>обед</u></b>			
80	<b>Салат картофельный</b>	Калорийность-86, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-11, Витамин С-1	<b>4-75</b>
175	<b>Суп с макаронными изделиями</b>	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	<b>5-30</b>
149	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-112, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14, Витамин С-26	<b>8-41</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>2-01</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	<b>1-79</b>
63	<b>Кнели куриные с рисом</b>	Калорийность-165, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-4	<b>37-09</b>
179	<b>Компот из изюма</b>	Калорийность-102, Углеводы-25	<b>4-35</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-684, Белки-22, Жиры-24, Углеводы-93, Витамин С-27	<b>63-70</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
92	<b>Запеканка из творога</b>	Калорийность-214, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-12	<b>32-28</b>
19	<b>Джем, повидло</b>	Калорийность-40, Углеводы-11	<b>2-74</b>
180	<b>Чай с молоком или сливками</b>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	<b>7-43</b>
30	<b>Печенье</b>	Калорийность-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21	<b>3-96</b>
6	<b>Соль</b>		<b>0-10</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-481, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-58	<b>46-51</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 606, Белки-55, Жиры-55, Углеводы-221, Витамин С-30	<b>151-59</b>

Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамаева Марита	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Садертдиновна		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна				Фаиловна
	Вотинцева Элла Валерьевна				