

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 вязкая гречневая</i>	Калорийность-176, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25	8-65		
160	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11. Витамин С-1	6-18		
26	<i>Батон</i>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-81		
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-86		
Итого за завтрак		Калорийность-345, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-49. Витамин С-1	22-50		
<u>2 завтрак</u>					
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-34		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-34		
<u>обед</u>					
67	<i>Кабачковая икра (промышленного производства)</i>	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-6	6-54		
176	<i>Рассольник ленинградский</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12. Витамин С-5	2-28		
59	<i>Котлеты, биточки, шницели из говядины</i>	Калорийность-117, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-6, Витамин С-1	43-85		
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	Калорийность-257, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	7-66		
29	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-96		
29	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	1-78		
150	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	2-40		
Итого за обед		Калорийность-726, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-112. Витамин С-12	66-47		
<u>Уплотненный полдник</u>					
80	<i>Манник 60гр</i>	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	9-83		
150	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	6-04		
3	<i>Соль</i>		0-05		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-189, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-25	15-92		
Итого за день		Калорийность-1 301, Белки-37, Жиры-40, Углеводы-195. Витамин С-63	107-23		
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамеева	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Марита		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Салеев		Фаиловна
	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	Каша вязкая гречневая	Калорийность-195, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-28	9-61		
180	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13. Витамин С-1	6-95		
26	Батон	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-81		
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-86		
Итого за завтрак		Калорийность-373, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-54. Витамин С-1	24-23		
<u>2 завтрак</u>					
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-34		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-34		
<u>обед</u>					
67	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-6	6-54		
176	Рассольник ленинградский	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12. Витамин С-5	2-28		
78	Котлеты, биточки, шницели из говядины	Калорийность-155, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин С-1	58-48		
150	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-257, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	7-66		
29	Хлеб пшеничный	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	1-96		
29	Хлеб ржаной	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	1-78		
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	2-88		
Итого за обед		Калорийность-781, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-118. Витамин С-12	81-58		
<u>Уплотненный полдник</u>					
100	Манник 60гр	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	12-29		
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	7-25		
3	Соль		0-05		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-232, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-31	19-59		
Итого за день		Калорийность-1 427, Белки-42, Жиры-45, Углеводы-212. Витамин С-63	127-74		
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамеева	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Марита		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Салеев		Файловна
	Вотинцева Элла Валерьевна				