

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)			
<u>завтрак</u>					
180	<i>Каша рисовая жидкая молочная</i>	Калорийность-170, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-30			
160	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1			
27	<i>Батон</i>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13			
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3			
Итого за завтрак		Калорийность-344, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-54, Витамин С-1			
<u>2 завтрак</u>					
102	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2			
Итого за 2 завтрак		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2			
<u>обед</u>					
60	<i>Котлета Загадка (удмуртское блюдо)</i>	Калорийность-105, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-4, Витамин С-7			
120	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	Калорийность-205, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-33			
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15			
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13			
175	<i>Суп картофельный на рыбном бульоне</i>	Калорийность-87, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9			
31	<i>Соус томатный</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1			
160	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-91, Углеводы-22			
Итого за обед		Калорийность-680, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-104, Витамин С-25			
<u>Уплотненный полдник</u>					
80	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	Калорийность-125, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-2			
150	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11			
3	<i>Соль</i>				
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-202, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-13			
Итого за день		Калорийность-1 270, Белки-41, Жиры-38, Углеводы-181, Витамин С-28			
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)			
<u>завтрак</u>					
200	<i>Каша рисовая жидкая молочная</i>	Калорийность-189, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-34			
180	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1			
27	<i>Батон</i>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13			
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3			
Итого за завтрак		Калорийность-372, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-60, Витамин С-1			
<u>2 завтрак</u>					
102	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2			
Итого за 2 завтрак		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2			
<u>обед</u>					
80	<i>Котлета Загадка (удмуртское блюдо)</i>	Калорийность-140, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-5, Витамин С-10			
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	Калорийность-257, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41			
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15			
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13			
175	<i>Суп картофельный на рыбном бульоне</i>	Калорийность-87, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9			
31	<i>Соус томатный</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1			
180	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-103, Углеводы-25			
Итого за обед		Калорийность-814, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-120, Витамин С-36			
<u>Уплотненный полдник</u>					
100	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	Калорийность-156, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-2			
180	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14			
3	<i>Соль</i>				
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-248, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-16			
Итого за день		Калорийность-1 478, Белки-50, Жиры-49, Углеводы-206, Витамин С-39			
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамаева	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Марита		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Салертдиновна		Фаиловна
	Вотинцева Элла Валерьевна				