

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>			
164	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28	12-09
143	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12. Витамин С-1	6-37
29	<i>Батон</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-19
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-86
Итого за завтрак		Калорийность-354, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-54. Витамин С-1	26-51
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-51
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-51
<u>обед</u>			
56	<i>биточки рубленые из птицы</i>	Калорийность-80, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-3	30-05
119	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11. Витамин С-20	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
3	<i>Соль</i>		0-05
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
160	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-91, Углеводы-22	2-56
Итого за обед		Калорийность-518, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-81. Витамин С-27	51-06
<u>Уплотненный полдник</u>			
82	<i>Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-260, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-52	10-68
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	0-58
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-302, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-62	11-26
Итого за день		Калорийность-1 215, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-206. Витамин С-78	91-34
Утвердил заведующий Калькулятор	Кашеварова Татьяна Леонидовна Вотинцева Элла Валерьевна	Кладовщик Шамарева Марита Салердиновна	Повар Муллахметова Гузалия Файловна

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>					
183	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность-188, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-31	13-42		
161	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14. Витамин С-1	7-17		
29	<i>Батон</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-19		
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-86		
Итого за завтрак		Калорийность-385, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-59. Витамин С-1	28-64		
<u>2 завтрак</u>					
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-51		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	2-51		
<u>обед</u>					
74	<i>биточки рубленые из птицы</i>	Калорийность-106, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-4	40-07		
149	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-112, 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		
3	<i>Соль</i>		0-05		
80	<i>Салат картофельный</i>	Калорийность-86, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-11. Витамин С-1	4-47		
175	<i>Суп картофельный с Геркулесом</i>	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10. Витамин С-6	4-29		
180	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	2-88		
Итого за обед		Калорийность-601, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-91. Витамин С-33	64-24		
<u>Уплотненный полдник</u>					
102	<i>Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-323, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-64	13-36		
160	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-45, Углеводы-11	0-62		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-368, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-75	13-98		
Итого за день		Калорийность-1 395, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-234. Витамин С-84	109-37		
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамарева	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Марита		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Салердиновна		Файловна
	Вотинцева Элла Валерьевна				