Основная (1-3 года осень/зима корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
160	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-151, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-27	12-67
150	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1	5-93
23	Батон	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-42
5	Сыр порциями	Калорийность-18, Белки-1, Жиры-1	4-44
Итого за завтрак		Калорийность-293, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-49, Витамин С-1	25-46
<u>2 завтрак</u>			
100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-56
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-56
<u>обед</u>			
39	Салат из моркови с изюмом	Калорийность-37, Углеводы-9, Витамин С-2	2-57
174	Суп картофельный на рыбном бульоне	Калорийность-87, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9	16-53
120	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-205, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-33	6-19
60	Котлета Загадка (удмуртское блюдо)	Калорийность-105, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-4, Витамин С-7	37-49
148	Компот из изюма	Калорийность-84, Углеводы-21	3-41
31	Хлеб ржаной	Калорийность-65, Белки-2, Углеводы-14	1-91
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
30	Соус томатный	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	2-61
Итого за обед		Калорийность-677, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-110, Витамин С-19	72-71
<u>Уплотненный полдник</u>			
88	Манник 60гр	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-15	10-56
30	Соус молочный (сладкий)	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-4	2-17
150	Чай с молоком или сливками	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	6-19
4	Соль		0-06
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-231, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-30	18-98
Итого за день		Калорийность-1 244, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-199, Витамин С-22	123-71
Утвердил заведующий Калькулятор	Кашеварова Татьяна Леонидовна Вотинцева Элла Валерьевна	Кладовщик	Шамеева Марита Садертдиновна Повар Муллахметова Гузалия Файловна

Основная (3-7 сад осень/зима корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
205	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-193, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-34	16-24
180	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1	7-12
34	Батон	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	3-64
10	Сыр порциями	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-86
Итого за завтрак		Калорийность-393, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-64, Витамин С-1	35-86
<u>2 завтрак</u>			
100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-56
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-56
<u>обед</u>			
59	Салат из моркови с изюмом	Калорийность-56, Белки-1, Углеводы-13, Витамин С-2	3-85
174	Суп картофельный на рыбном бульоне	Калорийность-87, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9	16-53
150	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-257, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	7-73
80	Котлета Загадка (удмуртское блюдо)	Калорийность-140, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-5, Витамин С-10	49-98
178	Компот из изюма	Калорийность-101, Углеводы-25	4-09
31	Хлеб ржаной	Калорийность-65, Белки-2, Углеводы-14	1-91
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
30	Соус томатный	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	2-61
Итого за обед		Калорийность-800, Белки-28, Жиры-19, Углеводы-127, Витамин С-22	88-70
<u>Уплотненный полдник</u>			
88	Манник 60гр	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-15	10-56
30	Соус молочный (сладкий)	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-4	2-17
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	7-43
6	Соль		0-10
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-246, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-33	20-26
Итого за день		Калорийность-1 482, Белки-47, Жиры-39, Углеводы-234, Витамин С-25	151-38

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