

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>			
179	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-180, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-25. Витамин С-2	12-10
160	Чай с молоком или сливками	Калорийность-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12	6-18
29	Батон	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-19
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	5-11
Итого за завтрак		Калорийность-363, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-51. Витамин С-2	26-58
<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>			
29	Соус томатный	Калорийность-22, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	2-75
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
60	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-6	5-82
175	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6. Витамин С-13	3-41
120	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-205, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-33	6-32
60	Котлеты, биточки, шницели из говядины	Калорийность-119, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-6, Витамин С-1	45-05
160	Компот из изюма	Калорийность-91, Углеводы-22	4-36
Итого за обед		Калорийность-677, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-102. Витамин С-21	71-53
<u>Уплотненный полдник</u>			
86	Пудинг из творога (запеченный)	Калорийность-169, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-16	40-10
30	Соус молочный (для подачи к блюду)	Калорийность-25, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	2-06
150	Чай с молоком или сливками	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	5-79
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-271, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-29	48-00
Итого за день		Калорийность-1 352, Белки-45, Жиры-43, Углеводы-191. Витамин С-73	148-45

Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамаева	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Марита		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Салеттдиновна		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)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
199	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28. Витамин С-2	13-45
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	6-95
29	Батон	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	3-19
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	5-11
Итого за завтрак		Калорийность-393, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-56. Витамин С-2	28-70
<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>			
29	Соус томатный	Калорийность-22, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	2-75
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
80	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Витамин С-8	7-76
175	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6. Витамин С-13	3-41
150	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-257, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-41	7-90
80	Котлеты, биточки, шницели из говядины	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин С-1	60-06
180	Компот из изюма	Калорийность-103, Углеводы-25	4-90
Итого за обед		Калорийность-796, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-116. Витамин С-23	90-60
<u>Уплотненный полдник</u>			
103	Пудинг из творога (запеченный)	Калорийность-202, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-19	48-13
30	Соус молочный (для подачи к блюду)	Калорийность-25, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	2-06
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	6-95
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-319, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-35	57-19
Итого за день		Калорийность-1 549, Белки-52, Жиры-53, Углеводы-216. Витамин С-75	178-83

Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Шамаева	Повар	Муллахметова
заведующий	Татьяна		Марита		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Салеттдиновна		Файловна
	Вотинцева Элла Валерьевна				