

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	Каша овсянная (геркулес) жидкая молочная	Калорийность-150, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-22	12-31
160	Чай с сахаром	Калорийность-45, Углеводы-11	0-63
29	Батон	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	4-05
10	Сыр порциями	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-29
Итого за завтрак		Калорийность-299, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-47	25-28
<u>2 завтрак</u>			
102	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-95
Итого за 2 завтрак		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-95
<u>обед</u>			
41	Птица в соусе с томатом	Калорийность-62, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-2, Витамин С-1	36-89
73	Пюре картофельное	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-9	8-40
29	Хлеб пшеничный	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-77
29	Хлеб ржаной	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	2-43
60	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-6	11-73
159	Нугылишyd (Суп картофельный с горохом и нугылями,	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17, Витамин С-4	4-79
150	Компот из изюма	Калорийность-86, Углеводы-21	4-96
Итого за обед		Калорийность-486, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-82, Витамин С-20	71-97
<u>Уплотненный полдник</u>			
43	Запеканка морковная	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-1	13-78
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-59
30	Печенье	Калорийность-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21	5-76
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-232, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-39, Витамин С-1	20-18
Итого за день		Калорийность-1 061, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-178, Витамин С-23	123-38
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Муллахметова
заведующий	Татьяна	Шамаева	Повар
Калькулятор	Леонидовна	Марита	Гузалия
	Вотинцева Элла Валерьевна	Салеевдиновна	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>			
200	<i>Каша овсянная (геркулес) жидкая молочная</i>	Калорийность-166, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	13-67
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	0-71
29	<i>Батон</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	4-05
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-29
Итого за завтрак		Калорийность-320, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-51	26-72
<u>2 завтрак</u>			
102	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-95
Итого за 2 завтрак		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	5-95
<u>обед</u>			
55	<i>Птица в соусе с томатом</i>	Калорийность-83, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-2, Витамин С-1	49-18
91	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, Витамин С-11	10-51
29	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-77
29	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	2-43
60	<i>Кабачковая икра (промышленного производства)</i>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-6	11-73
159	<i>Нугылишyd (Суп картофельный с горохом и нугылями,</i>	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17, Витамин С-4	4-79
180	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	5-95
Итого за обед		Калорийность-541, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-88, Витамин С-22	87-36
<u>Уплотненный полдник</u>			
43	<i>Запеканка морковная</i>	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-1	13-78
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	0-71
30	<i>Печенье</i>	Калорийность-135, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-21	5-76
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-240, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-42, Витамин С-1	20-30
Итого за день		Калорийность-1 145, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-191, Витамин С-25	140-33
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Муллахметова
заведующий	Татьяна	Шамаева	Повар
Калькулятор	Леонидовна	Марита	Гузалия
	Вотинцева Элла Валерьевна	Салертдиновна	Файловна