

Меню группа с 3-7 лет.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
180	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-170, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-30	14-76
165	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-1	6-95
29	Батон	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	2-97
6	Масло порциями	Калорийность-40, Жиры-4	5-83
110	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-45, Углеводы-10, Витамин С- 55	2-47
Итого за завтрак		Калорийность-400, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-66. Витамин С-56	32-98
<u>обед</u>			
60	Салат картофельный	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-1	3-41
180	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-6	4-67
64	Кнели куриные с рисом	Калорийность-167, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-4	29-25
130	Капуста тушеная	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7, Витамин С-13	13-47
165	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-94, Углеводы-23	2-62
24	Хлеб ржаной	Калорийность-50, Белки-1, Углеводы-11	1-22
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00
Итого за обед		Калорийность-600, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-80. Витамин С-20	56-64
<u>Уплотненный полдник</u>			
87	Ватрушки с творогом	Калорийность-251, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-36	22-32
165	Чай с сахаром	Калорийность-46, Углеводы-12	0-64
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-297, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-48	23-03
Итого за день		Калорийность-1 297, Белки-39, Жиры-37, Углеводы-194. Витамин С-76	112-65

Утвердил _____ Кашеварова Татьяна _____ Кладовщик _____ Лебедева Надежда _____ Повар _____ Федорович Гузалия
 заведующий _____ Леонидовна Быстрова Наталия Серафимовна _____ Николаевна _____ Гаяновна
 Калькулятор _____