

Меню группа с 3-7 лет.

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
165	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-156, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-28	13-53
165	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-1	6-96
25	Батон	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
6	Масло порциями	Калорийность-40, Жиры-4	5-83
Итого за завтрак		Калорийность-332, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-52. Витамин С-1	28-98
2 завтрак			
6	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-2, Углеводы-1, Витамин С-3	0-13
Итого за 2 завтрак		Калорийность-2, Углеводы-1, Витамин С-3	0-13
обед			
40	Кабачковая икра	Калорийность-31, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-4	3-88
165	Рассольник ленинградский	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-11, Витамин С-5	4-85
3,5	Сметана	Калорийность-6, Жиры-1	0-76
80	Тефтели мясные	Калорийность-228, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-16, Витамин С-1	51-65
140	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-38	7-25
165	Компот из изюма	Калорийность-94, Углеводы-23	4-15
25	Хлеб ржаной	Калорийность-53, Белки-1, Углеводы-11	1-52
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-67
Итого за обед		Калорийность-790, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-114. Витамин С-10	75-73
Уплотненный полдник			
151	Пюре картофельное	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21, Витамин С-18	14-17
15	Огурец соленый	Калорийность-2	4-10
165	Чай с молоком	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	7-37
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-226, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-33. Витамин С-18	25-71
Итого за день		Калорийность-1 350, Белки-37, Жиры-43, Углеводы-200. Витамин С-32	130-55

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