

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 вязкая ячневая молочная</i>	Калорийность-192, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33	11-33
180	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	7-95
29	<i>Батон</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	4-02
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-22
Итого за завтрак		Калорийность-403, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-63, Витамин С-1	31-52
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	2-28
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	2-28
<u>обед</u>			
49	<i>Салат из горошка зеленого консервированного</i>	Калорийность-41, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-3, Витамин С-5	11-55
177	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-9, Витамин С-7	6-00
195	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-179, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-27, Витамин С-24	18-10
80	<i>Котлеты рыбные любительские</i>	Калорийность-112, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-9, Витамин С-3	29-84
31	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-88
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	2-57
180	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	2-87
Итого за обед		Калорийность-644, Белки-34, Жиры-16, Углеводы-101, Витамин С-39	73-81
<u>Уплотненный полдник</u>			
120	<i>Булочка ванильная (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-386, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-38	14-62
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	0-69
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-436, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-51	15-36
Итого за день		Калорийность-1 524, Белки-55, Жиры-37, Углеводы-224, Витамин С-90	122-97

Подписано: Кашеварова Татьяна Леонидовна
 DN: cn=Кашеварова Татьяна Леонидовна, c=RU,
 o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ ЦЕНТР
 № 289", email=289@mail.ru
 Кашеварова
 Татьяна
 Леонидовна
 заведующий
 Калькулятор

Кладовщик

Лебедева
 Надежда
 Николаевна

Повар

Федорович
 Гузалия
 Гаяновна

Быстрова Наталия Серафимовна

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	<i>Каша вязкая ячневая молочная</i>	Калорийность-173, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-29	10-20
160	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамин С-1	7-06
29	<i>Батон</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	4-02
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-22
Итого за завтрак		Калорийность-372, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-57, Витамин С-1	29-50
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	2-28
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	2-28
<u>обед</u>			
49	<i>Салат из горошка зеленого консервированного</i>	Калорийность-41, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-3, Витамин С-5	11-55
177	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-9, Витамин С-7	6-00
156	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21, Витамин С-19	14-48
60	<i>Котлеты рыбные любительские</i>	Калорийность-84, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-7, Витамин С-2	22-38
31	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-88
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	2-57
160	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-91, Углеводы-22	2-55
Итого за обед		Калорийность-569, Белки-30, Жиры-14, Углеводы-90, Витамин С-33	62-41
<u>Уплотненный полдник</u>			
100	<i>Булочка ванильная (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-322, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-31	12-17
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	0-58
3	<i>Соль</i>		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-364, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-41	12-80
Итого за день		Калорийность-1 346, Белки-49, Жиры-33, Углеводы-197, Витамин С-84	106-99

Подписано: Кашеварова Татьяна Леонидовна
 DN: cn=Кашеварова Татьяна Леонидовна, o=Муниципальное бюджетное дошкольное
 образовательное учреждение "Детский сад
 №289", email=tdou289@mail.ru, Леонидовна

Кладовщик

Лебедева
 Надежда
 Николаевна

Повар

Федорович
 Гузалия
 Гаяновна

Калькулятор _____ Быстрова Наталия Серафимовна