

## 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)
<b><u>завтрак</u></b>			
200	<i>Каша вязкая молочная Дружба</i>	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28, Витамин С-2	<b>13-55</b>
180	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	<b>7-16</b>
30	<i>Батон</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>4-21</b>
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	<b>4-27</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-397, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-57, Витамин С-2	<b>29-19</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>2-28</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>2-28</b>
<b><u>обед</u></b>			
80	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, Витамин С-8	<b>5-28</b>
175	<i>Суп картофельный на рыбном бульоне</i>	Калорийность-87, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9	<b>25-61</b>
150	<i>Каша перловая вязкая</i>	Калорийность-135, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-21	<b>5-68</b>
31	<i>Соус томатный</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	<b>2-84</b>
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>2-80</b>
32	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	<b>2-69</b>
80	<i>Котлеты, биточки, шницели из говядины</i>	Калорийность-159, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин С-1	<b>56-17</b>
180	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	<b>4-41</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-720, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-104, Витамин С-19	<b>105-48</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
125	<i>Пудинг из творога (запеченный)</i>	Калорийность-245, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-23	<b>43-38</b>
30	<i>Соус молочный (для подачи к блюду)</i>	Калорийность-25, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	<b>1-91</b>
180	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	<b>7-16</b>
95	<i>Яблоки свежие</i>	Калорийность-42, Углеводы-9, Витамин С-10	<b>11-20</b>
3	<i>Соль</i>		<b>0-05</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-404, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-48, Витамин С-10	<b>63-70</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 562, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-218, Витамин С-81	<b>200-65</b>

Подписано: Кашеварова Татьяна Леонидовна  
 DN: cn=Кашеварова Татьяна Леонидовна, c=RU,  
 o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД  
 № 289", email=tou289@mail.ru

Кладовщик  
 Кашеварова Татьяна Леонидовна  
 заведующий  
 Калькулятор

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)
<b><u>завтрак</u></b>			
180	<i>Каша вязкая молочная Дружба</i>	Калорийность-181, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-25, Витамин С-2	<b>12-19</b>
160	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-82, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12	<b>6-37</b>
30	<i>Батон</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>4-21</b>
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	<b>4-27</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-367, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-52, Витамин С-2	<b>27-04</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>2-28</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>2-28</b>
<b><u>обед</u></b>			
60	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Витамин С-6	<b>3-96</b>
175	<i>Суп картофельный на рыбном бульоне</i>	Калорийность-87, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9	<b>25-61</b>
120	<i>Каша перловая вязкая</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	<b>4-56</b>
31	<i>Соус томатный</i>	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	<b>2-84</b>
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	<b>2-80</b>
32	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	<b>2-69</b>
60	<i>Котлеты, биточки, шницели из говядины</i>	Калорийность-119, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-6, Витамин С-1	<b>42-12</b>
160	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-91, Углеводы-22	<b>3-92</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-622, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-93, Витамин С-17	<b>88-50</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
104	<i>Пудинг из творога (запеченный)</i>	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-19	<b>36-15</b>
30	<i>Соус молочный (для подачи к блюду)</i>	Калорийность-25, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	<b>1-91</b>
150	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	<b>5-97</b>
95	<i>Яблоки свежие</i>	Калорийность-42, Углеводы-9, Витамин С-10	<b>11-20</b>
3	<i>Соль</i>		<b>0-05</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-348, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-41, Витамин С-10	<b>55-28</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 378, Белки-46, Жиры-43, Углеводы-195, Витамин С-79	<b>173-10</b>

Подписано: Кашеварова Татьяна Леонидовна  
 DN: cn=Кашеварова Татьяна Леонидовна, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД  
 № 289", email=mdou289@mail.ru

Кашеварова  
 Утвердил  
 заведующий  
 Калькулятор

Кладовщик

Лебедева  
 Надежда  
 Николаевна

Повар

Федорович  
 Гузалия  
 Гаяновна

Быстрова Наталия Серафимовна