

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 пшеничная жидкая молочная</i> | Калорийность-205, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-34 | 13-41 |
| 180 | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1 | 6-90 |
| 28 | <i>Батон</i> | Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14 | 4-21 |
| 5 | <i>Масло порциями</i> | Калорийность-33, Жиры-4 | 4-27 |
| Итого за завтрак | | Калорийность-388, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-61, Витамин С-1 | 28-79 |
| <u>2 завтрак</u> | | | |
| 130 | <i>Напиток из плодов шиповника</i> | Калорийность-53, Углеводы-12, Витамин С-65 | 2-97 |
| Итого за 2 завтрак | | Калорийность-53, Углеводы-12, Витамин С-65 | 2-97 |
| <u>обед</u> | | | |
| 80 | <i>Салат из белокочанной капусты</i> | Калорийность-48, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-14 | 4-47 |
| 175 | <i>Суп картофельный с клецками</i> | Калорийность-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-3 | 4-22 |
| 79 | <i>Котлеты, биточки, шницели из говядины</i> | Калорийность-157, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин С-1 | 59-42 |
| 150 | <i>Каша вязкая гречневая</i> | Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21 | 6-44 |
| 27 | <i>Хлеб пшеничный</i> | Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13 | 2-77 |
| 29 | <i>Хлеб ржаной</i> | Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13 | 2-67 |
| 180 | <i>Компот из кураги</i> | Калорийность-103, Углеводы-25 | 5-14 |
| Итого за обед | | Калорийность-646, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-95, Витамин С-18 | 85-13 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | |
| 90 | <i>Манник 60гр</i> | Калорийность-126, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-16 | 10-28 |
| 180 | <i>Чай с молоком или сливками</i> | Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14 | 7-16 |
| 88 | <i>Яблоки свежие</i> | Калорийность-39, Углеводы-9, Витамин С-9 | 11-20 |
| 3 | <i>Соль</i> | | 0-05 |
| Итого за Уплотненный полдник | | Калорийность-257, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-39, Витамин С-9 | 28-69 |
| Итого за день | | Калорийность-1 344, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-207, Витамин С-93 | 145-58 |

Подписано: Кашеварова Татьяна Леонидовна
 DN: cn=Кашеварова Татьяна Леонидовна, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД
 № 289 в г.п.г.п. dou289@mail.ru
 заведующий _____ Татьяна
 Леонидовна
 Калькулятор _____ Быстрова Наталия Серафимовна

Кладовщик

Лебедева
Надежда
Николаевна

Повар

Федорович
Гузалия
Гаяновна

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 пшеничная жидкая молочная | Калорийность-185, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-30 | 12-07 |
| 160 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1 | 6-13 |
| 28 | Батон | Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14 | 4-21 |
| 5 | Масло порциями | Калорийность-33, Жиры-4 | 4-27 |
| Итого за завтрак | | Калорийность-359, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-55, Витамин С-1 | 26-68 |
| <u>2 завтрак</u> | | | |
| 130 | Напиток из плодов шиповника | Калорийность-53, Углеводы-12, Витамин С-65 | 2-97 |
| Итого за 2 завтрак | | Калорийность-53, Углеводы-12, Витамин С-65 | 2-97 |
| <u>обед</u> | | | |
| 60 | Салат из белокочанной капусты | Калорийность-36, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4, Витамин С-10 | 3-35 |
| 175 | Суп картофельный с клецками | Калорийность-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-3 | 4-22 |
| 60 | Котлеты, биточки, шницели из говядины | Калорийность-119, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-6, Витамин С-1 | 44-57 |
| 150 | Каша вязкая гречневая | Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21 | 6-44 |
| 27 | Хлеб пшеничный | Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13 | 2-77 |
| 29 | Хлеб ржаной | Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13 | 2-67 |
| 150 | Компот из кураги | Калорийность-86, Углеводы-21 | 4-29 |
| Итого за обед | | Калорийность-579, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-88, Витамин С-14 | 68-31 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | |
| 71 | Манник 60гр | Калорийность-99, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12 | 8-23 |
| 150 | Чай с молоком или сливками | Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11 | 5-97 |
| 88 | Яблоки свежие | Калорийность-39, Углеводы-9, Витамин С-9 | 11-20 |
| 3 | Соль | | 0-05 |
| Итого за Уплотненный полдник | | Калорийность-215, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-32, Витамин С-9 | 25-45 |
| Итого за день | | Калорийность-1 206, Белки-33, Жиры-34, Углеводы-187, Витамин С-89 | 123-41 |

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

Кладовщик

Лебедева
Надежда
Николаевна

Повар

Федорович
Гузалия
Гаяновна

Быстрова Наталия Серафимовна