

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 пшениная жидкая молочная</i>	Калорийность-193, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-31	13-68		
180	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	8-06		
27	<i>Батон</i>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-84		
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	7-99		
Итого за завтрак		Калорийность-399, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-60, Витамин С-1	33-57		
<u>2 завтрак</u>					
98	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	5-77		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	5-77		
<u>обед</u>					
80	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, Витамин С-8	5-27		
175	<i>Суп картофельный с домашней лапшой</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-6	5-43		
126	<i>Плов из птицы (сад)</i>	Калорийность-244, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-21, Витамин С-1	49-16		
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-84		
29	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	2-49		
180	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	4-41		
Итого за обед		Калорийность-629, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-93, Витамин С-15	69-60		
<u>Уплотненный полдник</u>					
90	<i>Запеканка из творога</i>	Калорийность-209, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-12	27-73		
30	<i>Соус молочный (сладкий)</i>	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-4	2-01		
180	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	7-16		
28	<i>Печенье</i>	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-19	5-46		
3	<i>Соль</i>		0-05		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-458, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-49	42-41		
Итого за день		Калорийность-1 528, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-212, Витамин С-18	151-35		
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Лебедева	Повар	Федорович
заведующий	Татьяна		Надежда		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Николаевна		Гаяновна
	Быстрова	Наталья	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 пшениная жидкая молочная</i>	Калорийность-173, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28	12-32		
160	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамин С-1	7-17		
27	<i>Батон</i>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-84		
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	7-99		
Итого за завтрак		Калорийность-367, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-55, Витамин С-1	31-32		
<u>2 завтрак</u>					
98	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	5-77		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С-2	5-77		
<u>обед</u>					
40	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-4	2-64		
175	<i>Суп картофельный с домашней лапшой</i>	Калорийность-75, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-6	5-43		
100	<i>Плов из птицы (ясли)</i>	Калорийность-190, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-17	37-85		
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-84		
29	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-13	2-49		
150	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	3-67		
Итого за обед		Калорийность-521, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-81, Витамин С-10	54-92		
<u>Уплотненный полдник</u>					
75	<i>Запеканка из творога</i>	Калорийность-174, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-10	23-11		
30	<i>Соус молочный (сладкий)</i>	Калорийность-31, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-4	2-01		
150	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	5-98		
28	<i>Печенье</i>	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-19	5-46		
3	<i>Соль</i>		0-05		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-408, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-44	36-61		
Итого за день		Калорийность-1 338, Белки-46, Жиры-41, Углеводы-190, Витамин С-13	128-62		
Утвердил	Кашеварова	Кладовщик	Лебедева	Повар	Федорович
заведующий	Татьяна		Надежда		Гузалия
Калькулятор	Леонидовна		Николаевна		Гаяновна
	Быстрова	Наталья	Серафимовна		