

Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
150	<i>Каша вязкая молочная Дружба</i>	Калорийность-151, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21, Витамин С-1	13-87
150	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1	12-22
20	<i>Батон</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-12
Итого за завтрак		Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-42. Витамин С-2	28-21
<u>обед</u>			
150	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-3	4-98
50	<i>Суфле из птицы</i>	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-3	35-46
110	<i>Пюре гороховое с маслом</i>	Калорийность-187, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-26	8-31
150	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	1-62
20	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-22
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
Итого за обед		Калорийность-620, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-77. Витамин С-3	52-92
<u>Уплотненный полдник</u>			
120	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11, Витамин С-1	9-01
60	<i>Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-190, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-38	8-41
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	8-09
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-354, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-60. Витамин С-1	25-56
Итого за день		Калорийность-1 285, Белки-41, Жиры-32, Углеводы-189. Витамин С-8	106-69

Утвердил	Кирюшина	Кладовщик	Салихзянова	Повар	Дмитриева Анна
заведующий	Светлана		Елена Юрьевна		Игоревна
Калькулятор	Борисовна				
	Никонова Оксана Григорьевна				

Основная (3-7 сад весна/лето)

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 молочная Дружба</i>	Калорийность-181, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-25, Витамин С-2	17-16
180	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1	14-17
25	<i>Батон</i>	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
Итого за завтрак		Калорийность-324, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-50. Витамин С-3	33-99
<u>обед</u>			
180	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-3	5-97
80	<i>Суфле из птицы</i>	Калорийность-267, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-4	37-84
130	<i>Пюре гороховое с маслом</i>	Калорийность-221, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-30	9-81
180	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	1-92
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-81
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-34
Итого за обед		Калорийность-771, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-92. Витамин С-3	58-69
<u>Уплотненный полдник</u>			
130	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-12, Витамин С-1	9-76
70	<i>Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-222, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-44	9-81
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-71
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-408, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-70. Витамин С-1	29-36
Итого за день		Калорийность-1 546, Белки-48, Жиры-38, Углеводы-222. Витамин С-9	122-04
Калькулятор	Кирюшина Светлана Борисовна Никонова Оксана Григорьевна	Кладовщик Салихьянова Елена Юрьевна	Повар Дмитриева Анна Игоревна