

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>			
160	<i>Каша вязкая молочная Дружба</i>	Калорийность-161, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22, Витамин С-2	13-30
170	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	8-96
22	<i>Батон</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-12
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-47
Итого за завтрак		Калорийность-333, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-46, Витамин С-2	28-85
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	3-78
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	3-78
<u>обед</u>			
100	<i>Каша перловая вязкая</i>	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-14	3-76
23	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-48, Белки-1, Углеводы-10	1-22
40	<i>Салат из белокочанной капусты</i>	Калорийность-24, Жиры-1, Углеводы-3, Витамин С-7	2-26
170	<i>Суп картофельный на рыбном бульоне</i>	Калорийность-85, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9	18-31
51	<i>Котлеты, биточки, шницели рыбные</i>	Калорийность-73, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-18	12-32
170	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-97, Углеводы-24	2-11
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-33
Итого за обед		Калорийность-469, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-92, Витамин С-16	41-31
<u>Уплотненный полдник</u>			
65	<i>Булочка российская</i>	Калорийность-209, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36	8-52
170	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-96, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамин С-2	14-79
2	<i>Соль</i>		0-03
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-305, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-45, Витамин С-2	23-34
Итого за день		Калорийность-1 150, Белки-35, Жиры-32, Углеводы-193, Витамин С-22	97-28

Утвердил _____ Руководитель _____ Кладовщик _____ Кладовщик _____ Повар _____ Иванова Ираида
 заведующий _____ Андреевна

Калькулятор _____ Калькулятор _____

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>			
170	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-171, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24, Витамин С-2	14-14
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-49
32	Батон	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	3-19
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-47
Итого за завтрак		Калорийность-371, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-54, Витамин С-2	31-29
<u>2 завтрак</u>			
100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	3-78
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	3-78
<u>обед</u>			
125	Каша перловая вязкая	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18	4-71
34	Хлеб ржаной	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	1-82
60	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-36, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4, Витамин С-10	3-40
170	Суп картофельный на рыбном бульоне	Калорийность-85, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-9	18-31
61	Котлеты, биточки, шницели рыбные	Калорийность-87, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-22	14-78
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	2-23
32	Хлеб пшеничный	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	2-00
Итого за обед		Калорийность-570, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-112, Витамин С-19	47-25
<u>Уплотненный полдник</u>			
85	Булочка российская	Калорийность-273, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47	11-14
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамин С-2	15-66
4	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-375, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-56, Витамин С-2	26-85
Итого за день		Калорийность-1 359, Белки-40, Жиры-36, Углеводы-232, Витамин С-25	109-17

Утвердил _____ Руководитель _____ Кладовщик _____ Кладовщик _____ Повар _____ Иванова Ираида Андреевна

Заведующий _____

Калькулятор _____ Калькулятор _____