

04.07.2025

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)
завтрак			
167	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-168, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-23, Витамины С-2	13-28
170	Чай с молоком или сливками	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	8-97
21	Банан	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-81
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-40
Итого за завтрак		Калорийность-337, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-46, Витамины С-2	29-46
2 завтрак			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамины С-50	1-82
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамины С-50	1-82
обед			
53	Птица в соусе с томатом	Калорийность-80, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-2, Витамины С-1	28-66
101	Пюре картофельное	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-14, Витамины С-12	10-39
20	Хлеб ржаной	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-69
40	Салат из свежих помидоров	Калорийность-29, Жиры-3, Углеводы-1, Витамины С-9	3-72
170	Суп картофельный с домашней лапшой	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамины С-6	5-11
170	Компот из кураги	Калорийность-97, Углеводы-24	3-62
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-89
Итого за обед		Калорийность-462, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-71, Витамины С-28	55-08
Уплотненный полдник			
125	Омлет с зеленым горошком	Калорийность-147, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-5, Витамины С-3	23-92
170	Чай с сахаром	Калорийность-48, Углеводы-12	0-54
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	0-95
2	Соль		0-03
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-219, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-22, Витамины С-3	25-44
Итого за день		Калорийность-1 059, Белки-32, Жиры-39, Углеводы-148, Витамины С-83	111-80
Утвердил заведующий	Руководитель	Кладовщик	Иванова Ирина Андреевна
Калькулятор	Калькулятор	Повар	

04.07.2025

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)
завтрак			
178	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-179, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-25, Витамины С-2	14-12
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-50
31	Банан	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	4-22
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-40
Итого за завтрак		Калорийность-377, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-54, Витамины С-2	32-24
2 завтрак			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамины С-50	1-82
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамины С-50	1-82
обед			
64	Птица в соусе с томатом	Калорийность-97, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-2, Витамины С-1	34-39
126	Пюре картофельное	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Витамины С-15	12-99
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	2-54
60	Салат из свежих помидоров	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2, Витамины С-13	5-58
170	Суп картофельный с домашней лапшой	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамины С-6	5-11
180	Компот из кураги	Калорийность-103, Углеводы-25	3-83
31	Хлеб пшеничный	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-84
Итого за обед		Калорийность-568, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-85, Витамины С-35	67-28
Уплотненный полдник			
135	Омлет с зеленым горошком	Калорийность-159, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-5, Витамины С-3	25-83
180	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-57
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-89
4	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-258, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-28, Витамины С-3	28-34
Итого за день		Калорийность-1 244, Белки-38, Жиры-45, Углеводы-176, Витамины С-90	129-68
Утвердил заведующий	Руководитель	Кладовщик	Иванова Ирина Андреевна
Калькулятор	Калькулятор	Повар	