Основная (1-3 года весна/лето корпус 3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
170	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность-174, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	11-78
170	<i>Чай без сахара 1 - 3 года</i>	Калорийность-44, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-1, Витамин С-14	0-06
32	<i>Батон</i>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	4-54
11	<i>Джем, повидло</i>	Калорийность-23, Углеводы-6	1-61
Итого за завтрак		Калорийность-316, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-52, Витамин С-14	17-99
<u>2 завтрак</u>			
105	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	4-75
Итого за 2 завтрак		Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	4-75
<u>обед</u>			
110	<i>Пюре гороховое с маслом</i>	Калорийность-187, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-26	7-13
14	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	1-35
30	<i>Кукуруза консервированная</i>	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	5-22
175	<i>Щи из свежей капусты с картофелем</i>	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6, Витамин С-13	4-92
65	<i>Фрикадельки из птицы</i>	Калорийность-141, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-6	31-21
150	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-44, Углеводы-11, Витамин С-2	1-50
20	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-73
Итого за обед		Калорийность-542, Белки-24, Жиры-17, Углеводы-72, Витамин С-15	53-06
<u>Уплотненный полдник</u>			
70	<i>Салат Космос (удмуртское блюдо)</i>	Калорийность-125, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-4, Витамин С-32	7-78
60	<i>Сдоба обыкновенная (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-169, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-31	5-41
165	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	10-42
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-80
3	<i>Соль</i>		0-04
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-433, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-52, Витамин С-34	25-45
Итого за день		Калорийность-1 336, Белки-52, Жиры-41, Углеводы-187, Витамин С-65	101-25

Утвердил заведующий _____ Калькулятор _____

Безносова Вера Геннадьевна Кладовщик _____ Котикова Альбина Робертовна Повар _____ Шитова Мария Ивановна

Андрянова Татьяна Вениаминовна

Основная (3-7 сад весна/лето корпус 3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
210	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	14-55
32	<i>Батон</i>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	4-54
16	<i>Джем, повидло</i>	Калорийность-34, Углеводы-9	2-41
210	<i>Чай без сахара 3 - 7 лет</i>	Калорийность-82, Белки-12, Жиры-3, Углеводы-2, Витамин С-19	0-07
Итого за завтрак		Калорийность-406, Белки-20, Жиры-9, Углеводы-62, Витамин С-19	21-57
<u>2 завтрак</u>			
126	<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>	Калорийность-54, Белки-1, Углеводы-13, Витамин С-3	5-70
Итого за 2 завтрак		Калорийность-54, Белки-1, Углеводы-13, Витамин С-3	5-70
<u>обед</u>			
115	<i>Пюре гороховое с маслом</i>	Калорийность-195, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-27	7-44
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-80
50	<i>Кукуруза консервированная</i>	Калорийность-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	8-70
210	<i>Щи из свежей капусты с картофелем</i>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Витамин С-16	5-89
87	<i>Фрикадельки из птицы</i>	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-8	41-61
180	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-52, Углеводы-13, Витамин С-3	1-80
31	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-65, Белки-2, Углеводы-14	2-60
Итого за обед		Калорийность-677, Белки-29, Жиры-21, Углеводы-89, Витамин С-19	69-84
<u>Уплотненный полдник</u>			
80	<i>Салат Космос (удмуртское блюдо)</i>	Калорийность-143, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-5, Витамин С-37	8-89
90	<i>Сдоба обыкновенная (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-254, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-47	8-10
200	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-113, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10, Витамин С-3	12-63
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-80
4	<i>Соль</i>		0-06
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-555, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-71, Витамин С-40	31-48
Итого за день		Калорийность-1 692, Белки-68, Жиры-51, Углеводы-235, Витамин С-81	128-59

Утвердил _____ Безносова Вера Кладовщик Котикова Повар Шитова Мария
 заведующий _____ Геннадьевна Альбина Ивановна
 Калькулятор _____ Андриянова Татьяна Вениаминовна Робертовна