

25.07.2025

Основная (1-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
130	Каша вязкая ячневая молочная	Калорийность-125, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	8-21
150	Какао с молоком	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	8-25
22	Батон	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	3-09
3	Масло порциями	Калорийность-20, Жиры-2	2-67
Итого за завтрак		Калорийность-286, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-45, Витамин С-1	22-22
2 завтрак			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-14
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-14
обед			
38	Салат картофельный	Калорийность-41, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	3-03
150	Суп картофельный с клецками	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-3	3-66
3	Сметана	Калорийность-5	0-55
119	Капуста, тушеная с мясом	Калорийность-151, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-6, Витамин С-11	49-52
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-50
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-01
32	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	2-74
Итого за обед		Калорийность-457, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-64, Витамин С-14	64-01
Уплотненный полдник			
120	Суп молочный с рисом	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10, Витамин С-1	8-46
60	Булочка российская	Калорийность-193, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-33	7-52
150	Чай с сахаром	Калорийность-39, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-1, Витамин С-12	0-09
13	Хлеб пшеничный	Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6	1-21
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-342, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-50, Витамин С-13	17-33
Итого за день		Калорийность-1 126, Белки-34, Жиры-25, Углеводы-168, Витамин С-78	104-70

Утвердил
заведующий _____
Исаченко
Людмила
Богословна _____

25.07.2025

Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
150	Каша вязкая ячневая молочная	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24	9-47
180	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	9-90
22	Батон	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	3-09
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-45
Итого за завтрак		Калорийность-336, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-51, Витамин С-1	26-91
2 завтрак			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-14
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	1-14
обед			
57	Салат картофельный	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-1	4-55
179	Суп картофельный с клецками	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-3	4-39
4	Сметана	Калорийность-6, Жиры-1	0-73
149	Капуста, тушеная с мясом	Калорийность-190, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-7, Витамин С-14	61-90
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	3-00
26	Хлеб пшеничный	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	2-41
37	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-2, Углеводы-17	3-13
Итого за обед		Калорийность-569, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-80, Витамин С-18	80-11
Уплотненный полдник			
150	Суп молочный с рисом	Калорийность-99, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13, Витамин С-1	10-57
75	Булочка российская	Калорийность-241, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-42	9-39
180	Чай с сахаром	Калорийность-70, Белки-10, Жиры-2, Углеводы-2, Витамин С-17	0-11
17	Хлеб пшеничный	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-61
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-450, Белки-20, Жиры-12, Углеводы-65, Витамин С-18	21-73
Итого за день		Калорийность-1 396, Белки-43, Жиры-35, Углеводы-205, Витамин С-87	129-89

Утвердил
заведующий _____
Исаченко
Людмила
Богословна _____