

01.08.2025

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 рисовая жидкая молочная	Калорийность-123, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22	11-30
150	Чай с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	7-66
20	Батон	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-84
3	Масло порциями	Калорийность-20, Жиры-2	2-67
Итого за завтрак			24-47
2 завтрак			
111	Сок	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-11, Витамины С-2	4-58
Итого за 2 завтрак			4-58
обед			
30	Салат картофельный	Калорийность-32, Жиры-2, Углеводы-4	2-35
150	Суп картофельный с клецками	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамины С-3	3-69
58	Тефтели мясные (1-й вариант)	Калорийность-163, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-11, Витамины С-1	38-01
120	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-204, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-28	8-50
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-50
34	Хлеб ржаной	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-84
18	Хлеб пшеничный	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-68
Итого за обед			59-57
Уплотненный полдник			
96	Запеканка из творога	Калорийность-223, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-13	29-65
22	Повидло	Калорийность-47, Углеводы-12	3-50
150	Молоко кипяченое	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамины С-2	12-41
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	1-35
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			46-96
Итого за день			135-58
Утвердил заведующий			Исаченко Людмила Богослова

01.08.2025

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 рисовая жидкая молочная	Калорийность-142, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	13-04
180	Чай с молоком	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-19
24	Батон	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	3-41
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-45
Итого за завтрак			30-09
2 завтрак			
111	Сок	Калорийность-47, Белки-1, Углеводы-11, Витамины С-2	4-58
Итого за 2 завтрак			4-58
обед			
50	Салат картофельный	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7, Витамины С-1	3-91
200	Суп картофельный с клецками	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11, Витамины С-4	4-92
78	Тефтели мясные (1-й вариант)	Калорийность-222, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-15, Витамины С-1	50-68
150	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-255, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-35	10-62
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	3-00
38	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Углеводы-17	3-24
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-02
Итого за обед			78-39
Уплотненный полдник			
121	Запеканка из творога	Калорийность-281, Белки-21, Жиры-15, Углеводы-16	37-46
22	Повидло	Калорийность-47, Углеводы-12	3-50
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамины С-2	14-89
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	1-35
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			57-25
Итого за день			170-31
Утвердил заведующий			Исаченко Людмила Богослова