

04.04.2025

**Основная (3-7 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
150	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-142, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-25	13-74
180	Чай с молоком	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-83
27	Батон	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-88
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-90
Итого за завтрак			31-35
<u>2 завтрак</u>			
113	Сок	Калорийность-48, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	6-99
Итого за 2 завтрак			6-99
<u>обед</u>			
60	Салат картофельный	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-1	3-43
200	Суп картофельный с клецками	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11, Витамин С-4	4-53
80	Тефтели мясные (с рисом)	Калорийность-177, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14, Витамин С-1	43-69
150	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-255, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-35	10-20
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	2-69
38	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Углеводы-17	2-29
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	1-66
Итого за обед			68-49
<u>Уплотненный полдник</u>			
107	Запеканка из творога	Калорийность-249, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-14	38-22
30	Повидло	Калорийность-64, Углеводы-17	4-95
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамин С-2	15-76
17	Хлеб пшеничный	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-11
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			60-09
Итого за день			166-92

Исаченко  
Людмила  
Боисовна

Исаченко  
Людмила  
Боисовна

04.04.2025

**Основная (1-3 года)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-123, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22	11-90
150	Чай с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	8-19
23	Батон	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-40
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-90
Итого за завтрак			27-39
<u>2 завтрак</u>			
113	Сок	Калорийность-48, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	6-99
Итого за 2 завтрак			6-99
<u>обед</u>			
40	Салат картофельный	Калорийность-43, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	2-28
150	Суп картофельный с клецками	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-3	3-40
60	Тефтели мясные (с рисом)	Калорийность-133, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10	32-77
120	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-204, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-28	8-14
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-24
33	Хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	2-01
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-38
Итого за обед			52-22
<u>Уплотненный полдник</u>			
89	Запеканка из творога	Калорийность-207, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-12	31-59
20	Повидло	Калорийность-42, Углеводы-11	3-30
150	Молоко кипяченое	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	13-13
12	Хлеб пшеничный	Калорийность-28, Белки-1, Углеводы-6	0-83
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			48-90
Итого за день			135-50

Исаченко  
Людмила  
Боисовна

Исаченко  
Людмила  
Боисовна