

14.05.2025

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 вязкая ячневая молочная	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24	10-16
180	Чай с молоком	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-75
21	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-23
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-96
Итого за завтрак			27-04
<u>2 завтрак</u>			
101	Сок	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамины С-2	6-28
Итого за 2 завтрак			6-28
<u>обед</u>			
56	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Витамины С-5	8-91
200	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Витамины С-15	4-65
4	Сметана	Калорийность-6, Жиры-1	0-76
141	Макаронник с печенью	Калорийность-316, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-40, Витамины С-9	27-35
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-14
32	Хлеб ржаной	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	1-95
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-39
Итого за обед			47-15
<u>Уплотненный полдник</u>			
100	Омлет натуральный с маслом	Калорийность-156, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-2	24-90
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамины С-2	15-76
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	0-93
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			41-64
Итого за день			122-11

Утвердил
заведующий _____

Исаченко
Людмила
Борисовна _____

14.05.2025

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 вязкая ячневая молочная	Калорийность-125, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	8-80
150	Чай с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	8-12
21	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-23
3	Масло порциями	Калорийность-20, Жиры-2	2-94
Итого за завтрак			22-09
<u>2 завтрак</u>			
101	Сок	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамины С-2	6-28
Итого за 2 завтрак			6-28
<u>обед</u>			
38	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-30, Жиры-2, Углеводы-3, Витамины С-4	5-94
150	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамины С-11	3-48
3	Сметана	Калорийность-5	0-57
113	Макаронник с печенью	Калорийность-253, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-32, Витамины С-7	21-88
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-14
28	Хлеб ржаной	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-13	1-70
17	Хлеб пшеничный	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-16
Итого за обед			36-87
<u>Уплотненный полдник</u>			
70	Омлет натуральный с маслом	Калорийность-109, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-2	17-43
150	Молоко кипяченое	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамины С-2	13-13
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	0-70
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			31-31
Итого за день			96-55

Утвердил
заведующий _____

Исаченко
Людмила
Борисовна _____