

18.07.2025

Основная (1-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. 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	11-32
150	Чай с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	7-69
20	Батон	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-76
3	Масло порциями	Калорийность-20, Жиры-2	2-67
Итого за завтрак			24-44
2 завтрак			
108	Сок	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-11, Витамины С-2	4-46
Итого за 2 завтрак			4-46
обед			
40	Салат картофельный	Калорийность-43, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	3-13
150	Суп картофельный с клецками	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамины С-3	3-69
60	Тефтели мясные (2-й вариант)	Калорийность-133, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-10	35-21
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
33	Хлеб ржаной	Калорийность-69, Белки-2, Углеводы-15	2-77
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-99
Итого за обед			57-79
Уплотненный полдник			
94	Запеканка из творога	Калорийность-218, Белки-17, Жиры-11, Углеводы-12	28-99
22	Повидло	Калорийность-47, Углеводы-12	3-41
150	Молоко кипяченое	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамины С-2	12-48
17	Хлеб пшеничный	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-59
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			46-52
Итого за день			133-21

Утвердил
заведующийИсаченко
Людмила
Богосовна

18.07.2025

Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. 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	13-07
180	Чай с молоком	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-23
24	Батон	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	3-31
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-45
Итого за завтрак			30-06
2 завтрак			
108	Сок	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-11, Витамины С-2	4-46
Итого за 2 завтрак			4-46
обед			
60	Салат картофельный	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8, Витамины С-1	4-70
200	Суп картофельный с клецками	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11, Витамины С-4	4-91
80	Тефтели мясные (2-й вариант)	Калорийность-177, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-14, Витамины С-1	46-95
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
37	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-2, Углеводы-17	3-17
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-39
Итого за обед			75-74
Уплотненный полдник			
118	Запеканка из творога	Калорийность-274, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-16	36-62
22	Повидло	Калорийность-47, Углеводы-12	3-41
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамины С-2	14-97
17	Хлеб пшеничный	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-59
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			56-64
Итого за день			166-90

Утвердил
заведующийИсаченко
Людмила
Богосовна