

23.04.2025

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	11-91
150	Какао с молоком	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	9-00
18	Батон	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-94
3	Масло порциями	Калорийность-20, Жиры-2	2-94
Итого за завтрак			25-79
2 завтрак			
102	Сок	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-32
Итого за 2 завтрак			6-32
обед			
40	Салат из свеклы отварной	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-4	2-37
150	Нугулишвид (Суп картофельный с горохом и пугылями,	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17, Витамин С-3	4-18
120	Запеканка картофельная с печеню	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-27, Витамин С-16	22-93
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-71
18	Хлеб пшеничный	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-23
27	Хлеб ржаной	Калорийность-57, Белки-1, Углеводы-12	1-66
Итого за обед			33-08
Уплотненный полдник			
116	Макароны отварные с сыром	Калорийность-192, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-18	12-49
150	Чай с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	8-19
11	Хлеб пшеничный	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	0-74
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			21-47
Итого за день			86-66
Калорийность-1 082, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-166, Витамин С-26			

гвардил
ведущий

Исаченко
Людмила
Богослова

23.04.2025

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	13-75
180	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	10-80
22	Батон	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	2-33
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-90
Итого за завтрак			31-78
2 завтрак			
102	Сок	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-32
Итого за 2 завтрак			6-32
обед			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Витамин С-6	3-56
200	Нугулишвид (Суп картофельный с горохом и пугылями,	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22, Витамин С-5	5-58
150	Запеканка картофельная с печеню	Калорийность-252, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-34, Витамин С-20	28-67
180	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-85
22	Хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-48
31	Хлеб ржаной	Калорийность-65, Белки-2, Углеводы-14	1-90
Итого за обед			42-04
Уплотненный полдник			
145	Макароны отварные с сыром	Калорийность-241, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-22	15-61
180	Чай с молоком	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	9-83
11	Хлеб пшеничный	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	0-74
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник			26-23
Итого за день			106-37
Калорийность-1 331, Белки-43, Жиры-39, Углеводы-202, Витамин С-34			

Утвердил
заведующий

Исаченко
Людмила
Богослова