

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный с крупой молоко, крупа ячневая, масло сливочное, сахар	кКал-596, Белки-22, Жиры-23, Угл-76, Витамин С-4
29	Бутерброды с маслом батон пшеничный, масло сливочное	кКал-99, Белки-2, Жиры-5, Угл-11
150	Чай с лимоном сахар, лимон, чай	кКал-37, Угл-9, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-732, Белки-24, Жиры-28, Угл-96, Витамин С-7
<u>Завтрак2</u>		
152	Сок	кКал-71, Угл-17, Витамин С-2
Итого за Завтрак2		кКал-71, Угл-17, Витамин С-2
<u>Обед</u>		
159	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный) свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, лук репчатый, зелень, соль, мука пшеничная	кКал-53, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-8
60	Рыба, тушенная с овощами горбуша с.м., морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, чеснок	кКал-51, Белки-6, Жиры-3, Угл-1, Витамин С-1
117	Пюре картофельное картофель, молоко, масло сливочное	кКал-107, Белки-2, Жиры-4, Угл-16, Витамин С-14
38	Огурец консервированный	кКал-5, Угл-1, Витамин С-2
24	Хлеб пшеничный	кКал-55, Белки-2, Угл-11
28	Хлеб ржаной	кКал-55, Белки-2, Угл-11
150	Компот из свежемороженных ягод ягоды и сахар, вода, лимон, сахар	кКал-47, Угл-12
Итого за Обед		кКал-373, Белки-13, Жиры-10, Угл-58, Витамин С-25
<u>Полдник</u>		
69	Пудинг из творога с творог 9%, яблоки, яйцо, сахар, мука пшеничная, масло сливочное, сметана 15%, ванильный сахар	кКал-83, Белки-5, Жиры-5, Угл-6, Витамин С-1
14	Молоко сгущенное	
147	Ряженка	кКал-74, Белки-4, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-157, Белки-9, Жиры-9, Угл-12, Витамин С-2
Итого за день		кКал-1 333, Белки-46, Жиры-47, Угл-183, Витамин С-36

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Суп молочный с крупой <i>молоко, крупа ячневая, масло сливочное, сахар</i>	кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5
39	Бутерброды с маслом <i>батон пшеничный, масло сливочное</i>	кКал-133, Белки-2, Жиры-7, Угл-14
180	Чай с лимоном <i>сахар, лимон, чай</i>	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-839, Белки-26, Жиры-32, Угл-109, Витамин С-8
<u>Завтрак2</u>		
172	Сок	кКал-80, Угл-19, Витамин С-2
Итого за Завтрак2		кКал-80, Угл-19, Витамин С-2
<u>Обед</u>		
179	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный) <i>свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, сметана 15%, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, зелень, соль, мука пшеничная</i>	кКал-60, Белки-1, Жиры-3, Угл-7, Витамин С-9
80	Рыба, тушеная с овощами <i>горбуша с.м., морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, чеснок</i>	кКал-69, Белки-7, Жиры-3, Угл-2, Витамин С-2
138	Пюре картофельное <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-126, Белки-3, Жиры-4, Угл-19, Витамин С-17
47	Огурец консервированный	кКал-6, Угл-1, Витамин С-2
35	Хлеб пшеничный	кКал-80, Белки-3, Угл-16
34	Хлеб ржаной	кКал-67, Белки-2, Угл-14
180	Компот из свежемороженных ягод	кКал-56, Угл-14
Итого за Обед		кКал-464, Белки-16, Жиры-10, Угл-73, Витамин С-30
<u>Полдник</u>		
80	Пудинг из творога с <i>творог 9%, яблоки, яйцо, сахар, мука пшеничная, масло сливочное, сметана 15%, ванильный сахар</i>	кКал-111, Белки-7, Жиры-6, Угл-7, Витамин С-1
25	Молоко сгущенное	
167	Ряженка	кКал-83, Белки-5, Жиры-4, Угл-7, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-194, Белки-12, Жиры-10, Угл-14, Витамин С-2
Итого за день		кКал-1577, Белки-54, Жиры-52, Угл-215, Витамин С-42

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.