

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг) минералы (мг)
--------------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с крупой <i>молоко, крупа пшеничная, артек, масло сливочное, сахар</i>	кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5
45	Бутерброды с сыром <i>батои пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i>	кКал-104, Белки-4, Жиры-5, Угл-11
180	Кофейный напиток с <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	кКал-84, Белки-3, Жиры-2, Угл-13, Витамин С-1

Итого за Завтрак1 кКал-850, Белки-31, Жиры-32, Угл-108, Витамин С-6

Завтрак2

165	Сок	кКал-77, Угл-18, Витамин С-2
-----	------------	------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-77, Угл-18, Витамин С-2

Обед

181	Суп фасолевый <i>картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, зелень, чеснок, соль</i>	кКал-96, Белки-4, Жиры-4, Угл-12, Витамин С-4
155	Макаронные изделия с маслом <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	кКал-171, Белки-6, Жиры-4, Угл-27
72	Суфле из печени <i>печень говяжья, молоко, яйцо, мука пшеничная, масло растительное, соль</i>	кКал-101, Белки-10, Жиры-5, Угл-5, Витамин С-15
60	Салат из свеклы <i>свекла, масло растительное</i>	кКал-56, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-6
31	Хлеб пшеничный	кКал-71, Белки-3, Угл-14
30	Хлеб ржаной	кКал-59, Белки-2, Угл-12
180	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная</i>	кКал-56, Угл-14

Итого за Обед кКал-610, Белки-26, Жиры-17, Угл-89, Витамин С-25

Полдник

127	Вареники ленивые (отварные) <i>торог 9 % вес, молоко сгущенное, мука пшеничная, яйцо, соль, сахар, масло сливочное</i>	кКал-141, Белки-9, Жиры-8, Угл-9
180	Напиток из плодов шиповника <i>шиповник, сахар</i>	кКал-61, Белки-1, Угл-14

Итого за Полдник кКал-202, Белки-10, Жиры-8, Угл-23

Итого за день кКал-1 739, Белки-67, Жиры-57, Угл-238, Витамин С-33

кладовщик: _____ Дидоренко Л.М. _____