



(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
178	Суп молочный манный <i>молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное</i>	кКал-117, Белки-5, Жиры-4, Угл-14, Витамин С-1
37	Бутерброды с сыром <i>батон пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i>	кКал-86, Белки-3, Жиры-4, Угл-9
160	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны, чай</i>	кКал-38, Угл-9, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-241, Белки-8, Жиры-8, Угл-32, Витамин С-4
<u>Завтрак2</u>		
80	мандарины	кКал-66, Белки-1, Угл-16
Итого за Завтрак2		кКал-66, Белки-1, Угл-16
<u>Обед</u>		
160	Суп картофельный с рыбными фрикадельками <i>картофель, горбуша с м, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, яйцо, соль, зелень</i>	кКал-399, Белки-20, Жиры-11, Угл-56, Витамин С-40
110	Пюре картофельное <i>картофель, молоко, масло сливочное</i>	кКал-101, Белки-2, Жиры-4, Угл-15, Витамин С-13
50	Шницель рыбный натуральный <i>филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная, молоко, яйцо, масло растительное, зелень</i>	кКал-51, Белки-5, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-1
50	Салат витаминный с растительным маслом <i>капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло растительное, соль, сахар</i>	кКал-53, Белки-1, Жиры-4, Угл-4, Витамин С-13
24	Хлеб пшеничный	кКал-55, Белки-2, Угл-11
24	Хлеб ржаной	кКал-47, Белки-1, Угл-10
160	Компот из сухофруктов <i>сухофрукты (ассортим), сахар, кислота лимонная</i>	кКал-50, Угл-12
Итого за Обед		кКал-756, Белки-31, Жиры-21, Угл-112, Витамин С-67
<u>Полдник</u>		
50	Сдоба покупная	
155	простокваша	кКал-77, Белки-4, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-77, Белки-4, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-1
Итого за день		кКал-1 140, Белки-44, Жиры-33, Угл-166, Витамин С-72

(3-7лет)

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

Завтрак1

- 198 **Суп молочный манный** кКал-130, Белки-5, Жиры-5, Угл-16, Витамин С-1
молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное
- 47 **Бутерброды с сыром** кКал-109, Белки-4, Жиры-5, Угл-11
батон пшеничный, сыр российский, масло сливочное
- 180 **Чай с лимоном** кКал-42, Угл-11, Витамин С-3
сахар, лимоны, чай

Итого за Завтрак1 кКал-281, Белки-9, Жиры-10, Угл-38, Витамин С-4

Завтрак2

- 100 **мандарины** кКал-83, Белки-1, Угл-20

Итого за Завтрак2 кКал-83, Белки-1, Угл-20

Обед

- 180 **Суп картофельный с
рыбными фрикадельками** кКал-449, Белки-22, Жиры-12, Угл-63, Витамин С-45
картофель, горбуша с.м., лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, яйцо, зелень, соль
- 130 **Пюре картофельное** кКал-119, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16
картофель, молоко, масло сливочное
- 70 **Шницель рыбный
натуральный** кКал-71, Белки-8, Жиры-2, Угл-5, Витамин С-2
филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная, молоко, масло растительное, яйцо, зелень
- 60 **Салат витаминный с
растительным маслом** кКал-64, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-15
капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло растительное, сахар, соль
- 28 **Хлеб пшеничный** кКал-64, Белки-2, Угл-13
- 28 **Хлеб ржаной** кКал-55, Белки-2, Угл-11
- 180 **Компот из сухофруктов** кКал-56, Угл-14
сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная

Итого за Обед кКал-878, Белки-38, Жиры-22, Угл-129, Витамин С-78

Полдник

- 50 **Сдоба покупная**
- 176 **простокваша** кКал-88, Белки-5, Жиры-4, Угл-7, Витамин С-1

Итого за Полдник кКал-88, Белки-5, Жиры-4, Угл-7, Витамин С-1

Итого за день кКал-1 330, Белки-53, Жиры-36, Угл-194, Витамин С-83

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.