



(1,5-3 года)

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

Завтрак1

183	Суп молочный с крупой <i>молоко, крупа овсяная, масло сливочное, сахар</i>	кКал-606, Белки-22, Жиры-23, Угл-77, Витамин С-4
31	Бутерброды с маслом <i>батон пшеничный, масло сливочное</i>	кКал-105, Белки-2, Жиры-6, Угл-11
160	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны, чай</i>	кКал-39, Угл-10, Витамин С-3

Итого за Завтрак1 кКал-750, Белки-24, Жиры-29, Угл-98, Витамин С-7

Завтрак2

80	Плоды и ягоды свежие	кКал-35, Угл-8, Витамин С-8
----	-----------------------------	-----------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-35, Угл-8, Витамин С-8

Обед

161	Борщ с капустой и картофелем <i>свекла, картофель, капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, зелень, сахар, чеснок, соль</i>	кКал-48, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-4
4	Сметана 15% жир	кКал-6, Жиры-1
164	мясо тушенное с овощами в соусе <i>говядина (покрома, лопаточная часть, грудинка), картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, горошек зеленый консервированный, томатная паста, мука пшеничная</i>	кКал-170, Белки-12, Жиры-10, Угл-8, Витамин С-3
40	Огурец консервированный	кКал-5, Угл-1, Витамин С-2
30	Хлеб пшеничный	кКал-68, Белки-3, Угл-14
30	Хлеб ржаной	кКал-59, Белки-2, Угл-12
180	Компот из свежемороженных ягод <i>плоды и ягоды быстрозам., сахар</i>	кКал-56, Угл-14

Итого за Обед кКал-412, Белки-18, Жиры-14, Угл-55, Витамин С-9

Полдник

61	Ватрушка с творогом <i>мука пшеничная, творог 9%, молоко, масло сливочное, яйцо, сахар, дрожжи, ванильный сахар</i>	кКал-12, Угл-2
157	Простокваша	кКал-79, Белки-5, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-1

Итого за Полдник кКал-91, Белки-5, Жиры-4, Угл-8, Витамин С-1

Итого за день кКал-1 288, Белки-47, Жиры-47, Угл-169, Витамин С-25

(3-7лет)

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

Завтрак1

203	Суп молочный с крупой <i>молоко, крупа овсяная, масло сливочное, сахар</i>	кКал-672, Белки-24, Жиры-26, Угл-85, Витамин С-5
41	Бутерброды с маслом <i>батон пшеничный, масло сливочное</i>	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
180	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны, чай</i>	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3

Итого за Завтрак1 кКал-855, Белки-27, Жиры-34, Угл-111, Витамин С-8

Завтрак2

100	Плоды и ягоды свежие	кКал-44, Угл-10, Витамин С-10
-----	-----------------------------	-------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-44, Угл-10, Витамин С-10

Обед

181	Борщ с капустой и картофелем <i>свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль, зелень, сахар, чеснок</i>	кКал-54, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-5
8	Сметана 15% жир	кКал-13, Жиры-1
203	мясо тушенное с овощами в соусе <i>говядина (погрома, лопаточная часть, грудинка), картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, горошек зеленый консервированный, мука пшеничная, томатная паста</i>	кКал-210, Белки-15, Жиры-12, Угл-10, Витамин С-3
50	Огурец консервированный	кКал-7, Угл-1, Витамин С-3
36	Хлеб пшеничный	кКал-82, Белки-3, Жиры-1, Угл-16
36	Хлеб ржаной	кКал-71, Белки-2, Угл-14
180	Компот из свежемороженных ягод <i>плоды и ягоды быстрозам., сахар</i>	кКал-56, Угл-14

Итого за Обед кКал-493, Белки-21, Жиры-17, Угл-61, Витамин С-11

Полдник

81	Ватрушка с творогом <i>мука пшеничная, творог 9%, молоко, масло сливочное, яйцо, сахар, дрожжи, ванильный сахар</i>	кКал-15, Белки-1, Угл-2
178	Простокваша	кКал-89, Белки-5, Жиры-4, Угл-7, Витамин С-1

Итого за Полдник кКал-104, Белки-6, Жиры-4, Угл-9, Витамин С-1

Итого за день кКал-1 496, Белки-54, Жиры-55, Угл-191, Витамин С-30

кладовщик _____ Дилоренко Л.М.