

21.01.2026 (1,5-3 года, 1ср)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Суп молочный манный молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное	кКал-105, Белки-4, Жиры-4, Угл-13, Витамин С-1
41	Бутерброд с сыром хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное	кКал-76, Белки-2, Жиры-7
209	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-49, Угл-12, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-230, Белки-6, Жиры-11, Угл-25, Витамин С-4
<u>Завтрак2</u>		
104	Апельсины	кКал-86, Белки-1, Угл-20
Итого за Завтрак2		кКал-86, Белки-1, Угл-20
<u>Обед</u>		
161	Суп с рыбными консервами картофель, консервы рыбные в собственном соку, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное, чеснок, зелень, соль	кКал-78, Белки-4, Жиры-4, Угл-7
110	Пюре картофельное картофель, молоко, масло сливочное, соль	кКал-101, Белки-2, Жиры-4, Угл-15, Витамин С-13
51	Шницель рыбный натуральный филе минтая, мука пшеничная, лук репчатый, молоко, яйцо, масло растительное, соль	кКал-60, Белки-7, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-1
40	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом капуста свежая, морковь, масло растительное, соль, сахар, кислота лимонная	кКал-40, Белки-1, Жиры-3, Угл-3, Витамин С-28
150	Компот из сухофруктов сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная	кКал-47, Угл-12
31	Хлеб ржаной	кКал-61, Белки-2, Угл-12
26	Хлеб пшеничный	кКал-59, Белки-2, Угл-12
Итого за Обед		кКал-446, Белки-18, Жиры-13, Угл-65, Витамин С-42
<u>Полдник</u>		
59	Ватрушка с творогом мука пшеничная, творог 9%, молоко, дрожжи, масло сливочное, яйцо, сахар, ванильный сахар	кКал-11, Угл-2
150	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар, кофейный напиток	кКал-70, Белки-2, Жиры-2, Угл-11, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-81, Белки-2, Жиры-2, Угл-13, Витамин С-1
Итого за день		кКал-843, Белки-27, Жиры-26, Угл-123, Витамин С-47

кладовщик _____ Дидоренко Л М

21.01.2026 (3-7лет, 1ср)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
200	Суп молочный манный молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное	кКал-132, Белки-5, Жиры-5, Угл-16, Витамин С-1
46	Бутерброд с сыром хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное	кКал-85, Белки-3, Жиры-8
180	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-42, Угл-11, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-259, Белки-8, Жиры-13, Угл-27, Витамин С-4
Завтрак2		
109	Апельсины	кКал-90, Белки-1, Угл-21
Итого за Завтрак2		кКал-90, Белки-1, Угл-21
Обед		
181	Суп с рыбными консервами картофель, консервы рыбные в собственном соку, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное, чеснок, зелень, соль	кКал-88, Белки-5, Жиры-4, Угл-8
130	Пюре картофельное картофель, молоко, масло сливочное, соль	кКал-119, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16
71	Шницель рыбный натуральный филе минтая, мука пшеничная, лук репчатый, молоко, яйцо, масло растительное, соль	кКал-84, Белки-9, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-2
60	Салат из капусты белокачанной с растительным маслом капуста свежая, морковь, масло растительное, соль, сахар, кислота лимонная	кКал-60, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-42
180	Компот из сухофруктов сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная	кКал-56, Угл-14
37	Хлеб ржаной	кКал-73, Белки-2, Угл-15
32	Хлеб пшеничный	кКал-73, Белки-3, Угл-14
Итого за Обед		кКал-553, Белки-23, Жиры-15, Угл-80, Витамин С-60
Полдник		
78	Ватрушка с творогом мука пшеничная, творог 9%, молоко, масло сливочное, яйцо, сахар, дрожжи, ванильный сахар	кКал-15, Белки-1, Угл-2
180	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар, кофейный напиток	кКал-84, Белки-3, Жиры-2, Угл-13, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-99, Белки-4, Жиры-2, Угл-15, Витамин С-1
Итого за день		кКал-1 001, Белки-36, Жиры-30, Угл-143, Витамин С-65

кладовщик _____ Дидоренко Л М