

27.01.2026 (1,5-3 года, 2вт)

(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 пшеничная, масло сливочное, сахар	кКал-590, Белки-21, Жиры-23, Угл-75, Витамин С-4
31	Бутерброды с маслом хлеб пшеничный, масло сливочное	кКал-105, Белки-2, Жиры-6, Угл-11
159	Какао с молоком молоко, сахар, какао порошок	кКал-94, Белки-3, Жиры-3, Угл-14, Витамин С-1
Итого за Завтрак1		кКал-789, Белки-26, Жиры-32, Угл-100, Витамин С-5
<u>Завтрак2</u>		
104	Плоды и ягоды свежие банан	кКал-46, Угл-10, Витамин С-10
Итого за Завтрак2		кКал-46, Угл-10, Витамин С-10
<u>Обед</u>		
161	Щи из свежей капусты с картофелем капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, соль, масло растительное, томатная паста, зелень, чеснок	кКал-303, Белки-6, Жиры-17, Угл-30, Витамин С-66
5	Сметана 15% жир	кКал-8, Жиры-1
186	мясо тушенное с овощами в соусе говядина (покройка, лопаточная часть, грудинка), картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста	кКал-230, Белки-16, Жиры-13, Угл-11, Витамин С-4
37	Огурец консервированный	кКал-5, Угл-1, Витамин С-2
26	Хлеб пшеничный	кКал-59, Белки-2, Угл-12
28	Хлеб ржаной	кКал-55, Белки-2, Угл-11
150	Компот из сухофруктов сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная	кКал-47, Угл-12
Итого за Обед		кКал-707, Белки-26, Жиры-31, Угл-77, Витамин С-72
<u>Полдник</u>		
59	Булочка ванильная масло сливочное, мука пшеничная, сахар, яйцо, масло растительное, дрожжи, ванильный сахар, соль	кКал-3
160	Кисель из сока натурального сок, сахар, крахмал картофельный	кКал-85, Угл-21
Итого за Полдник		кКал-88, Угл-21
Итого за день		кКал-1 630, Белки-52, Жиры-63, Угл-208, Витамин С-87

кладовщик _____ Дидоренко Л М

(3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
200	Суп молочный с крупой молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар	кКал-655, Белки-24, Жиры-25, Угл-83, Витамин С-5
41	Бутерброды с маслом хлеб пшеничный, масло сливочное	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
178	Какао с молоком молоко, сахар, какао порошок	кКал-106, Белки-4, Жиры-3, Угл-15, Витамин С-1
Итого за Завтрак1		кКал-900, Белки-31, Жиры-36, Угл-113, Витамин С-6
Завтрак2		
110	Плоды и ягоды свежие банан	кКал-48, Угл-11, Витамин С-11
Итого за Завтрак2		кКал-48, Угл-11, Витамин С-11
Обед		
180	Щи из свежей капусты с картофелем капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, соль, масло растительное, томатная паста, зелень, чеснок	кКал-339, Белки-7, Жиры-20, Угл-34, Витамин С-74
7	Сметана 15% жир	кКал-11, Жиры-1
206	мясо тушенное с овощами в соусе говядина (покрэмка, золоточная часть, грудинка), картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста	кКал-255, Белки-18, Жиры-15, Угл-12, Витамин С-4
47	Огурец консервированный	кКал-6, Угл-1, Витамин С-2
31	Хлеб пшеничный	кКал-71, Белки-3, Угл-14
34	Хлеб ржаной	кКал-67, Белки-2, Угл-14
180	Компот из сухофруктов сухофрукты ассорти, сахар, кислота лимонная	кКал-56, Угл-14
Итого за Обед		кКал-805, Белки-30, Жиры-36, Угл-89, Витамин С-80
Полдник		
78	Булочка ванильная мука пшеничная, сахар, яйцо, масло сливочное, масло растительное, ванильный сахар, дрожжи, соль	кКал-3, Угл-1
180	Кисель из сока натурального сок, сахар, крахмал картофельный	кКал-95, Угл-23
Итого за Полдник		кКал-98, Угл-24
Итого за день		кКал-1 851, Белки-61, Жиры-72, Угл-237, Витамин С-97