



31.03.2026 (1,5-3 года, 16м)

(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 овсяная, масло сливочное, сахар	кКал-596, Белки-22, Жиры-23, Угл-76, Витамин С-4
31	Бутерброды с маслом батон пшеничный, масло сливочное	кКал-105, Белки-2, Жиры-6, Угл-11
150	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-37, Угл-9, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-738, Белки-24, Жиры-29, Угл-96, Витамин С-7
<u>Завтрак2</u>		
88	Мандарины	кКал-73, Белки-1, Угл-17
Итого за Завтрак2		кКал-73, Белки-1, Угл-17
<u>Обед</u>		
161	Борщ с капустой и картофелем свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, зелень, сахар, чеснок, соль	кКал-48, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-4
4	Сметана 15% жир	кКал-6, Жиры-1
184	мясо тушенное с овощами в соусе картофель, говядина (покрышка, лопаточная часть, грудинка), морковь, лук репчатый, масло растительное, горошек зеленый консервированный, мука пшеничная, томатная паста	кКал-191, Белки-14, Жиры-11, Угл-9, Витамин С-3
40	Огурец консервированный	кКал-5, Угл-1, Витамин С-2
19	Хлеб пшеничный	кКал-43, Белки-2, Угл-9
19	Хлеб ржаной	кКал-37, Белки-1, Угл-8
150	Компот из свежих фруктов яблоки, сахар, кислота лимонная	кКал-53, Угл-13, Витамин С-1
Итого за Обед		кКал-383, Белки-18, Жиры-15, Угл-46, Витамин С-10
<u>Полдник</u>		
55	Ватрушка с творогом мука пшеничная, творог 9%, молоко, масло сливочное, яйцо, сахар, дрожжи, ванильный сахар	кКал-10, Угл-1
149	Простокваша	кКал-74, Белки-4, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-84, Белки-4, Жиры-4, Угл-7, Витамин С-1
Итого за день		кКал-1 278, Белки-47, Жиры-48, Угл-166, Витамин С-18

(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-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5
41	Бутерброды с маслом батон пшеничный, масло сливочное	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
180	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3

Итого за Завтрак1 кКал-845, Белки-27, Жиры-33, Угл-110, Витамин С-8

Завтрак2

110	Мандарины	кКал-91, Белки-1, Угл-22
Итого за Завтрак2		кКал-91, Белки-1, Угл-22

Обед

181	Борщ с капустой и картофелем свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, зелень, сахар, чеснок, соль	кКал-54, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-5
8	Сметана 15% жир	кКал-13, Жиры-1
204	мясо тушенное с овощами в соусе говядина (покрывка), запоточная часть, грудинка, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, горошек зеленый, консервированный, мука пшеничная, томатная паста, соль	кКал-211, Белки-15, Жиры-12, Угл-10, Витамин С-3
50	Огурец консервированный	кКал-7, Угл-1, Витамин С-3
28	Хлеб пшеничный	кКал-64, Белки-2, Угл-13
28	Хлеб ржаной	кКал-55, Белки-2, Угл-11
180	Компот из свежих фруктов яблоки, сахар, кислота лимонная	кКал-64, Угл-16, Витамин С-2

Итого за Обед кКал-468, Белки-20, Жиры-16, Угл-57, Витамин С-13

Полдник

70	Ватрушка с творогом мука пшеничная, творог 9%, молоко, масло сливочное, яйцо, сахар, дрожжи, ванильный сахар	кКал-13, Белки-1, Угл-2
169	Простокваша	кКал-85, Белки-5, Жиры-4, Угл-7, Витамин С-1

Итого за Полдник кКал-98, Белки-6, Жиры-4, Угл-9, Витамин С-1

Итого за день кКал-1502, Белки-54, Жиры-53, Угл-198, Витамин С-22

кладовщик

Дидоренко Л.М.