

(1,5-3 года)

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

Завтрак1

182	Суп молочный с крупой молоко, крупа пшеничная артек, масло сливочное, сахар	кКал-602, Белки-22, Жиры-23, Угл-77, Витамин С-4
32	Бутерброды с маслом батон пшеничный, масло сливочное	кКал-109, Белки-2, Жиры-6, Угл-12
152	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар, кофейный напиток	кКал-71, Белки-2, Жиры-2, Угл-11, Витамин С-1

Итого за Завтрак1 кКал-782, Белки-26, Жиры-31, Угл-100, Витамин С-5

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	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень	кКал-85, Белки-3, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-4
170	Голубцы ленивые капуста белокачанная, говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), лук репчатый, крупа рисовая, сметана 15%, яйцо, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная, чеснок, соль	кКал-145, Белки-9, Жиры-6, Угл-13, Витамин С-13
17	Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	кКал-63, Белки-2, Угл-13
26	Хлеб ржаной	кКал-51, Белки-2, Угл-10
160	Компот из свежих плодов плоды и ягоды быстрозам., яблоки, сахар, кислота лимонная	кКал-434, Белки-1, Жиры-1, Угл-106, Витамин С-8

Итого за Обед кКал-778, Белки-17, Жиры-10, Угл-152, Витамин С-25

Полдник

60	Омлет натуральный. яйцо, молоко, масло сливочное, соль	кКал-103, Белки-6, Жиры-8, Угл-2, Витамин С-1
41	Икра кабачковая	
26	Хлеб ржаной	кКал-51, Белки-2, Угл-10
160	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-39, Угл-10, Витамин С-3

Итого за Полдник кКал-193, Белки-8, Жиры-8, Угл-22, Витамин С-4

Итого за день кКал-1 788, Белки-51, Жиры-49, Угл-282, Витамин С-42

кладовщик _____ Дидоренко Л.М. _____



23.04.2026 (3-7лет, 2чт)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
202	Суп молочный с крупой <i>молоко, крупа пшеничная артек, масло сливочное, сахар</i>	кКал-669, Белки-24, Жиры-26, Угл-85, Витамин С-5
43	Бутерброды с маслом <i>батон пшеничный, масло сливочное</i>	кКал-146, Белки-3, Жиры-8, Угл-16
182	Кофейный напиток с молоком <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	кКал-85, Белки-3, Жиры-2, Угл-13, Витамин С-1
Итого за Завтрак1		кКал-900, Белки-30, Жиры-36, Угл-114, Витамин С-6
<u>Завтрак2</u>		
100	Фрукты и ягоды свежие	кКал-44, Угл-10, Витамин С-10
Итого за Завтрак2		кКал-44, Угл-10, Витамин С-10
<u>Обед</u>		
181	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень</i>	кКал-96, Белки-4, Жиры-4, Угл-12, Витамин С-4
190	Голубцы ленивые <i>говядина (покрэмка, лопаточная часть, грудина), капуста белокочанная, сметана 15%, лук репчатый, крупа рисовая, яйцо, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная, чеснок, соль</i>	кКал-162, Белки-10, Жиры-7, Угл-15, Витамин С-15
26	Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	кКал-96, Белки-3, Угл-20
31	Хлеб ржаной	кКал-61, Белки-2, Угл-12
180	Компот из свежих фруктов <i>фрукты и ягоды быстрозам., яблоки, сахар, кислота лимонная</i>	кКал-488, Белки-1, Жиры-1, Угл-119, Витамин С-9
Итого за Обед		кКал-903, Белки-20, Жиры-12, Угл-178, Витамин С-28
<u>Полдник</u>		
81	Омлет натуральный. <i>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-139, Белки-8, Жиры-10, Угл-3, Витамин С-1
51	Икра кабачковая	
26	Хлеб ржаной	кКал-51, Белки-2, Угл-10
180	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны, чай</i>	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3
Итого за Полдник		кКал-234, Белки-10, Жиры-10, Угл-24, Витамин С-4
Итого за день		кКал-2 081, Белки-60, Жиры-58, Угл-326, Витамин С-48

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.