

Основная (1-3 года весна/лето корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)		
<u>завтрак</u>					
140	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-38	8-12		
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-61		
16	Батон	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	2-21		
11	Джем, повидло	Калорийность-23, Углеводы-6	1-68		
Итого за завтрак		Калорийность-342, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-62	12-62		
<u>2 завтрак</u>					
99	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С- 2	6-58		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-42, Углеводы-10, Витамин С- 2	6-58		
<u>обед</u>					
150	Суп картофельный с клецками	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-3	4-26		
120	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-204, Белки-11, Жиры-5, Углеводы-28	9-22		
50	Фрикадельки мясные в соусе	Калорийность-136, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-7	32-07		
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-89		
9	Хлеб пшеничный	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	0-89		
18	Хлеб ржаной	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	1-52		
20	Соус сметанный с томатом	Калорийность-16, Жиры-1, Углеводы-1	1-42		
4	Соль		0-07		
Итого за обед		Калорийность-559, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-77, Витамин С-3	52-34		
<u>Уплотненный полдник</u>					
60	Винегрет овощной	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Витамин С-6	6-38		
40	Яйцо отварное	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	11-22		
150	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1	6-68		
9	Хлеб пшеничный	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	0-84		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-211, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-20, Витамин С-7	25-12		
Итого за день		Калорийность-1 154, Белки-41, Жиры-33, Углеводы-169, Витамин С-12	96-66		
Утвердил	Чепкасова	Кладовщик	Габдрахманова	Повар	Габдрахманова
заведующий	Наталья		Ляйсира		Ляйсира
Калькулятор	Викторовна		Расимовна		Расимовна
	Хузина Эльмира Талгатовна				