

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	Каша манная жидкая молочная	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-18	10-92
150	Чай с молоком или сливками	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	6-70
17	Батон	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-79
Итого за завтрак		Калорийность-229, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-37	19-41
<u>2 завтрак</u>			
100	Чай с лимоном	Калорийность-29, Углеводы-7, Витамин С-	0-83
Итого за 2 завтрак		Калорийность-29, Углеводы-7, Витамин С-	0-83
<u>обед</u>			
38	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-30, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-4	5-69
150	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-6	5-06
120	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-205, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-33	6-98
50	Чорыг селянка (рыба в омлете) (удмуртское блюдо)	Калорийность-62, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-1	18-30
150	Компот из кураги	Калорийность-86, Углеводы-21	5-32
24	Хлеб пшеничный	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	1-58
14	Хлеб ржаной	Калорийность-29, Белки-1, Углеводы-6	0-86
4	Сметана	Калорийность-6, Жиры-1	0-83
4	Соль		0-07
Итого за обед		Калорийность-536, Белки-19, Жиры-14, Углеводы-84, Витамин С-10	44-69
<u>Уплотненный полдник</u>			
80	Пудинг из творога с рисом	Калорийность-179, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-15	25-65
150	Какао с молоком	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	7-46
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-268, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-28, Витамин С-1	33-11
Итого за день		Калорийность-1 062, Белки-40, Жиры-30, Углеводы-156, Витамин С-12	98-04
Утвердил	Чепкасова	Кладовщик	Габдрахманова
заведующий	Наталья		Ляйсира
Калькулятор	Викторовна		Расимовна
	Хузина Эльмира Талгатовна		