Основная (1-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
121	<i>Каша пшеничная</i>	Калорийность-124, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	11-03
140	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-1	6-72
23	<i>Батон</i>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	2-12
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-81
Итого за завтрак		Калорийность-279, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-41, Витамин С-1	28-68
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	0-32
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	0-32
<u>обед</u>			
56	<i>Тефтели мясные</i>	Калорийность-124, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-10	39-01
130	<i>Суп картофельный с Геркулесом</i>	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7, Витамин С-4	4-25
110	<i>Пюре гороховое</i>	Калорийность-187, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-26	7-98
150	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	2-78
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-33
23	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-48, Белки-1, Углеводы-10	1-22
Итого за обед		Калорийность-545, Белки-22, Жиры-13, Углеводы-85, Витамин С-4	56-57
<u>Уплотненный полдник</u>			
60	<i>Булочка ванильная</i>	Калорийность-193, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-19	6-85
127	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-72, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-6, Витамин С-2	13-13
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-265, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-25, Витамин С-2	20-03
Итого за день		Калорийность-1 130, Белки-40, Жиры-29, Углеводы-160, Витамин С-57	105-60

Утвердил _____
 заведующий _____
 Калькулятор _____

Лебедева
 Надежда
 Алексеевна
 Никитина Елена Михайловна

Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
140	<i>Каша пшеничная жидкая молочная</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24	12-74
168	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-1	8-06
34	<i>Батон</i>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	3-19
10	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-81
Итого за завтрак		Калорийность-338, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-53, Витамин С-1	32-80
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	0-32
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С- 50	0-32
<u>обед</u>			
75	<i>Тефтели мясные (2-й вариант)</i>	Калорийность-166, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-13, Витамин С-1	52-02
156	<i>Суп картофельный с Геркулесом</i>	Калорийность-58, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-9, Витамин С-5	5-11
130	<i>Пюре гороховое с маслом</i>	Калорийность-221, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-30	9-43
180	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	3-34
33	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	2-00
35	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-74, Белки-2, Углеводы-16	1-82
Итого за обед		Калорийность-700, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-109, Витамин С-6	73-72
<u>Уплотненный полдник</u>			
75	<i>Булочка ванильная</i>	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	8-56
152	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-86, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	15-76
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-328, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-31, Витамин С-2	24-37
Итого за день		Калорийность-1 407, Белки-52, Жиры-35, Углеводы-202, Витамин С-59	131-21

Утвердил _____
 заведующий _____
 Калькулятор _____

Лебедева
 Надежда
 Алексеевна
 Никитина Елена Михайловна