

**Основная (1-3 года)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
130	<i>Каша молочная Дружба</i>	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18, Витамин С-1	<b>11-33</b>
150	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1	<b>7-63</b>
22	<i>Батон</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-12</b>
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	<b>4-78</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-286, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-40, Витамин С-2	<b>25-86</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
103	<i>Сок</i>	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b><u>обед</u></b>			
120	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	Калорийность-177, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-20, Витамин С-2	<b>45-99</b>
40	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-4	<b>2-35</b>
150	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-3	<b>3-34</b>
180	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	<b>3-34</b>
24	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-50, Белки-1, Углеводы-11	<b>1-22</b>
26	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	<b>1-33</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-487, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-80, Витамин С-9	<b>57-57</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
60	<i>Булочка ванильная</i>	Калорийность-193, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-19	<b>8-23</b>
150	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	<b>13-14</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-278, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-27, Витамин С-2	<b>21-42</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 095, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-157, Витамин С-15	<b>111-41</b>

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)
<b><u>завтрак</u></b>			
150	<i>Каша молочная Дружба</i>	Калорийность-151, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21, Витамин С-1	<b>13-08</b>
180	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1	<b>9-16</b>
33	<i>Батон</i>	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	<b>3-19</b>
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	<b>4-78</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-346, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-50, Витамин С-2	<b>30-21</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
103	<i>Сок</i>	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b><u>обед</u></b>			
160	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	Калорийность-236, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-27, Витамин С-2	<b>61-31</b>
60	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Витамин С-6	<b>3-53</b>
180	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-3	<b>4-01</b>
180	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	<b>3-34</b>
37	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-78, Белки-2, Углеводы-17	<b>1-82</b>
39	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-19	<b>2-00</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-635, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-103, Витамин С-11	<b>76-01</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
75	<i>Булочка ванильная</i>	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	<b>10-29</b>
180	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамин С-2	<b>15-77</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-344, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-32, Витамин С-2	<b>26-16</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 369, Белки-43, Жиры-38, Углеводы-195, Витамин С-17	<b>138-94</b>

Утвердил \_\_\_\_\_  
 заведующий \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

Лебедева  
 Надежда  
 Алексеевна  
 Никитина Елена Михайловна