

**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 манная</i>	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	<b>11-03</b>
150	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	<b>8-87</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>4-91</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-278, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-41, Витамин С-1	<b>26-93</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
105	<i>Сок</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b><u>обед</u></b>			
52	<i>Кнели куриные с рисом</i>	Калорийность-136, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-3	<b>36-87</b>
180	<i>Пуштыешыд (суп картофельный со взбитым яйцом, удмуртское блюдо) на курином бульоне</i>	Калорийность-72, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-8	<b>7-50</b>
131	<i>Пюре морковное</i>	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11, Витамин С-4	<b>13-63</b>
150	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	<b>2-78</b>
24	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-12	<b>1-33</b>
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-53, Белки-1, Углеводы-11	<b>1-22</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-466, Белки-20, Жиры-13, Углеводы-66, Витамин С-12	<b>63-33</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
60	<i>Пирожки печеные с мясом</i>	Калорийность-148, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-22	<b>26-33</b>
150	<i>Чай</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	<b>0-59</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-190, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-32	<b>26-97</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-979, Белки-36, Жиры-26, Углеводы-150, Витамин С-15	<b>123-79</b>

Утвердил \_\_\_\_\_ Лебедева  
 заведующий \_\_\_\_\_ Надежда  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ 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 манная</i>	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20	<b>12-73</b>
180	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	<b>10-64</b>
34	<i>Батон</i>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	<b>3-19</b>
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	<b>4-91</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-340, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-53, Витамин С-1	<b>31-47</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
105	<i>Сок</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	<b>6-56</b>
<b><u>обед</u></b>			
70	<i>Кнели куриные с рисом</i>	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-4	<b>49-16</b>
180	<i>Пуштыешыд (суп картофельный со взбитым яйцом, удмуртское блюдо) на курином бульоне</i>	Калорийность-72, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-8	<b>7-50</b>
152	<i>Пюре морковное</i>	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Витамин С-5	<b>15-73</b>
180	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	<b>3-34</b>
36	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-85, Белки-3, Углеводы-18	<b>2-00</b>
37	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-78, Белки-2, Углеводы-17	<b>1-82</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-594, Белки-26, Жиры-16, Углеводы-84, Витамин С-13	<b>79-55</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
75	<i>Пирожки печеные с мясом</i>	Калорийность-185, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-27	<b>32-91</b>
180	<i>Чай</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	<b>0-71</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-235, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-40	<b>33-72</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 214, Белки-45, Жиры-31, Углеводы-188, Витамин С-16	<b>151-30</b>

Утвердил \_\_\_\_\_ Лебедева  
 заведующий \_\_\_\_\_ Надежда  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ Алексеевна  
 \_\_\_\_\_ Никитина Елена Михайловна