

## Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
151	<i>Каша манная жидкая молочная</i>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20	<b>11-68</b>
150	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	<b>8-99</b>
14	<i>Батон</i>	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	<b>2-01</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-243, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-40, Витамин С-1	<b>22-68</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>3-29</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>3-29</b>
<b><u>обед</u></b>			
162	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i>	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-5	<b>9-00</b>
48	<i>Птица в соусе с томатом</i>	Калорийность-73, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-2, Витамин С-1	<b>38-35</b>
139	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-13, Витамин С-24	<b>15-99</b>
150	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	<b>3-08</b>
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-08</b>
20	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	<b>1-73</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-425, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-67, Витамин С-30	<b>70-23</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
62	<i>Картофельные лепёшки</i>	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18, Витамин С-5	<b>11-91</b>
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	<b>0-69</b>
11	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	<b>1-04</b>
36	<i>Соль</i>		<b>0-69</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-181, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-33, Витамин С-5	<b>14-33</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-890, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-149, Витамин С-86	<b>110-53</b>

Утвердил \_\_\_\_\_ Бреггер Галина Кладовщик \_\_\_\_\_ Багаева Оксана Повар \_\_\_\_\_ Майшева Энже  
 заведующий \_\_\_\_\_ Романовна \_\_\_\_\_ Геннадьевна \_\_\_\_\_ Гимазетдиновна  
 Калькулято  
 р \_\_\_\_\_ Багаева Оксана Геннадьевна

## Основная (сотрудники)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>обед</u></b>			
48	<i>Птица в соусе с томатом</i>	Калорийность-73, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-2, Витамин С-1	<b>38-35</b>
107	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-10, Витамин С-18	<b>12-30</b>
22	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-08</b>
20	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	<b>1-73</b>
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	<b>0-86</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-297, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-45, Витамин С-19	<b>55-32</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-297, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-45, Витамин С-19	<b>55-32</b>

Утвердил \_\_\_\_\_ Бреггер Галина Кладовщик Багаева Оксана Повар Майшева Энже  
 заведующий \_\_\_\_\_ Романовна \_\_\_\_\_ Геннадьевна \_\_\_\_\_ Гимазетдиновна  
 Калькулято  
 р \_\_\_\_\_ Багаева Оксана Геннадьевна

## Основная (3-7 сад весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
174	<b>Каша манная жидкая молочная</b>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23	<b>13-51</b>
180	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	<b>10-79</b>
21	<b>Батон</b>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	<b>3-01</b>
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-295, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-49, Витамин С-1	<b>27-31</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>3-29</b>
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>3-29</b>
<b><u>обед</u></b>			
195	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-6	<b>10-79</b>
64	<b>Птица в соусе с томатом</b>	Калорийность-97, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-2, Витамин С-1	<b>51-11</b>
160	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Витамин С-27	<b>18-45</b>
180	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	Калорийность-103, Углеводы-25	<b>3-70</b>
22	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	<b>2-08</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	<b>1-73</b>
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-496, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-75, Витамин С-34	<b>87-86</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
77	<b>Картофельные лепёшки</b>	Калорийность-141, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23, Витамин С-6	<b>14-92</b>
180	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-50, Углеводы-13	<b>0-84</b>
11	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	<b>1-04</b>
54	<b>Соль</b>		<b>1-03</b>
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-217, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-41, Витамин С-6	<b>17-83</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 049, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-174, Витамин С-91	<b>136-29</b>

Утвердил \_\_\_\_\_ Бреггер Галина Кладовщик \_\_\_\_\_ Багаева Оксана Повар \_\_\_\_\_ Майшева Энже  
 заведующий \_\_\_\_\_ Романовна \_\_\_\_\_ Геннадьевна \_\_\_\_\_ Гимазетдиновна  
 Калькулято  
 р \_\_\_\_\_ Багаева Оксана Геннадьевна

