

**Основная (3-7 года весна/лето корпус 1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
180	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-131, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17, Витамин С-1	10-41
180	Чай с молоком или сливками	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	7-36
36	Батон	Калорийность-85, Белки-3, Углеводы-18	4-22
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-23
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-341, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-49, Витамин С-1	26-22
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	2-73
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	2-73
<b><u>обед</u></b>			
12	Сметана	Калорийность-19, Жиры-2	2-29
60	Салат картофельный	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-1	4-71
180	Суп картофельный с перловой крупой	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, Витамин С-6	5-28
128	Фрикадельки из птицы	Калорийность-277, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-12, Витамин С-1	45-82
150	Капуста тушеная	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14, Витамин С-26	10-64
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	3-45
76	Хлеб пшеничный	Калорийность-179, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-37	4-73
27	Хлеб ржаной	Калорийность-57, Белки-1, Углеводы-12	2-12
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-886, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-120, Витамин С-34	79-04
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
60	Салат из моркови	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-6, Витамин С-3	4-64
75	Булочка российская	Калорийность-241, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-42	10-37
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамин С-2	11-68
5	Соль		0-08
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-378, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-57, Витамин С-5	26-77
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 646, Белки-54, Жиры-53, Углеводы-235, Витамин С-90	134-76

Утвердил  
заведующий

Калькулятор

Плотникова  
Ольга Ивановна

Кладовщик

Кусова Наталья Викторовна

Кусова Наталья  
Викторовна

Повар

Мирзаева  
Светлана  
Сергеевна

