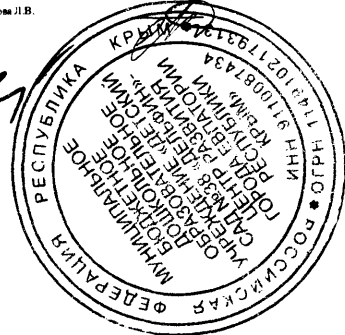


Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
180	Суп молочный с крупой пшениной <i>Молоко, Пшено, Сахар, Масло сливочное</i>	Калорийность-124, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-15, ВитаминыС-2
180	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар, Молоко</i>	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16, ВитаминыС-1
41	Бутерброды с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-15
Итого за Завтрак1		
		Калорийность-361, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-46, ВитаминыС-3
Завтрак2		
98	Фрукты и ягоды свежие	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
Итого за Завтрак2		
		Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
Обед		
60	Салат из моркови и яблок <i>Морковь, Яблоко, Масло растительное</i>	Калорийность-49, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминыС-4
200	Борщ зеленый <i>Свекла, Укроп, петрушка (листья), Чеснок, Лук зеленый, Соль, Кабачки, Картофель, Лук репчатый, Щавель, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Сахар, Яйцо, Сметана</i>	Калорийность-106, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминыС-22
88	Суфле из рыбы 3-7 лет <i>Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Соль, Филе хека, Яйцо, Масло растительное</i>	Калорийность-734, Белки-36, Жиры-25, Углеводы-90, ВитаминыС-2
135	Каша рассыпчатая <i>Крупа пшеничная, Масло сливочное</i>	Калорийность-136, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-21
39	Хлеб ржаной	Калорийность-106, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7
180	Компот из свежих плодов <i>Яблоки, Сахар, Кислота лимонная</i>	Калорийность-91, Углеводы-22, ВитаминыС-4
Итого за Обед		
		Калорийность-1257, Белки-49, Жиры-38, Углеводы-177, ВитаминыС-32
УплПолдник		
63	Кондитерские изделия	Калорийность-195, Белки-1, Углеводы-50
180	Напиток из плодов шиповника <i>Плоды шиповника сушеные, Сахар</i>	Калорийность-73, Белки-1, Углеводы-17, ВитаминыС-90
Итого за УплПолдник		
		Калорийность-268, Белки-2, Углеводы-67, ВитаминыС-90
Итого за		
		Калорийность-1950, Белки-63, Жиры-54, Углеводы-305, ВитаминыС-125

Заведующий _____ Подпись Л.В.



Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
150	Суп молочный с крупой пшениной <i>Молоко, Пшено, Сахар, Масло сливочное</i>	Калорийность-103, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминыС-1
150	Кофейный напиток с молоком <i>Кофейный напиток, Сахар, Молоко</i>	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, ВитаминыС-1
30	Бутерброды с маслом <i>Масло сливочное, Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-11
Итого за Завтрак1		
		Калорийность-286, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38, ВитаминыС-2
Завтрак2		
98	Фрукты и ягоды свежие	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
Итого за Завтрак2		
		Калорийность-64, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15
Обед		
40	Салат из моркови и яблок <i>Морковь, Яблоко, Масло растительное</i>	Калорийность-33, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминыС-3
180	Борщ зеленый <i>Свекла, Картофель, Лук репчатый, Щавель, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Сахар, Яйцо, Сметана</i>	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминыС-20
66	Суфле из рыбы 3-7 лет <i>Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Соль, Филе хека, Яйцо, Масло растительное</i>	Калорийность-551, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-68, ВитаминыС-1
114	Каша рассыпчатая <i>Крупа пшеничная, Масло сливочное</i>	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18
31	Хлеб ржаной	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
7	Хлеб пшеничный	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3
150	Компот из свежих плодов <i>Яблоки, Сахар, Кислота лимонная</i>	Калорийность-76, Углеводы-18, ВитаминыС-3
Итого за Обед		
		Калорийность-971, Белки-38, Жиры-30, Углеводы-137, ВитаминыС-27
УплПолдник		
44	Кондитерские изделия	Калорийность-136, Углеводы-35
150	Напиток из плодов шиповника <i>Плоды шиповника сушеные, Сахар</i>	Калорийность-61, Белки-1, Углеводы-14, ВитаминыС-75
Итого за УплПолдник		
		Калорийность-197, Белки-1, Углеводы-49, ВитаминыС-75
Итого за		
		Калорийность-1518, Белки-48, Жиры-43, Углеводы-239, ВитаминыС-104

Заведующий _____ Подпись Л.В.

