

Детский сад (с 3 до 7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша молочная "Дружба" <i>Крупа пшено, Россия, Крупа рисовая, Россия, Молоко питьевое пастеризованное 2,5%, Россия, Соль, Россия, Сахар, Россия, Масло сливочное, Россия</i>	Калорийность-197,32, Белки-5,684, Жиры-5,804, Углеводы-30,637
200	Напиток кофейный <i>Кофейный напиток, Россия, Сахар, Россия, Молоко питьевое пастеризованное 2,5%, Россия</i>	Калорийность-52,9, Белки-1,5, Жиры-1,2, Углеводы-9
30/10	Хлеб пшеничный с маслом. <i>Масло сливочное, Россия, Хлеб пшеничный, Россия</i>	Калорийность-109,8, Белки-3,62, Жиры-5, Углеводы-12,58
Итого за Завтрак		Калорийность-360,02, Белки-10,804, Жиры-12,004, Углеводы-52,217
<u>Завтрак 2</u>		
150	Йогурт (вишня).	Калорийность-98,044, Белки-3,75, Жиры-3,75, Углеводы-12,15
Итого за Завтрак 2		Калорийность-98,044, Белки-3,75, Жиры-3,75, Углеводы-
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с вермишелью <i>Макаронные изделия, Россия, Соль, Россия, Масло растительное, Россия, Морковь, Россия, Лук репчатый, Россия, Картофель, Россия</i>	Калорийность-136,919, Белки-5,313, Жиры-6,028, Углеводы-15,352, ВитаминС-4,641
70	Котлета Аппетитная <i>Свинина, Россия, Соль, Россия, Хлеб пшеничный, Россия, Масло растительное, Россия, Мука, Россия, Грудка куриная, Россия, Лук репчатый, Россия</i>	Калорийность-148,469, Белки-8,446, Жиры-8,549, Углеводы-9,439, ВитаминС-0,859
130	Гарнир сложный(карт/капуста) <i>Картофель, Россия, Морковь, Россия, Масло сливочное, Россия, Соль, Россия, Молоко питьевое пастеризованное 2,5%, Россия, Мука, Россия, Сахар, Россия, Томатная паста, Россия, Капуста белокочанная, Россия, Лук репчатый, Россия, Масло растительное, Россия</i>	Калорийность-174,016, Белки-3,254, Жиры-6,08, Углеводы-26,57, ВитаминС-8,5
200	Компот из сухофруктов <i>Сухофрукты, Россия, Сахар, Россия</i>	Калорийность-75,88, Белки-0,7, Жиры-0,12, Углеводы-18,004, ВитаминС-22
050	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-1,2, Жиры-0,23, Углеводы-22
Итого за Обед		Калорийность-630,284, Белки-18,913, Жиры-21,007, Углеводы-91,365, ВитаминС-36
<u>Полдник</u>		
100	Творожная масса	Калорийность-190,868, Белки-8,6, Жиры-9,012, Углеводы-18,84
200	Чай без сахара	Калорийность-4, Углеводы-1
Итого за Полдник		Калорийность-194,868, Белки-8,6, Жиры-9,012, Углеводы-19,84
<u>Ужин</u>		
150	Блинчики с маслом* <i>Мука, Россия, Молоко питьевое пастеризованное 2,5%, Россия, Яйцо, Россия, Сахар, Россия, Соль, Россия, Масло растительное, Россия, Масло сливочное, Россия</i>	Калорийность-333,326, Белки-9,333, Жиры-10,911, Углеводы-49,476
050	Молоко	Калорийность-135,458, Белки-2,6, Жиры-3,25, Углеводы-23,952
200	Чай без сахара	Калорийность-4, Углеводы-1
125/шт	Пюре яблочное	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-14
Итого за Ужин		Калорийность-516,784, Белки-11,933, Жиры-14,227, Углеводы-85,428, ВитаминС-14
Итого за день		Калорийность-1 800, Белки-54, Жиры-60, Углеводы-261, ВитаминС-50

Руководитель _____

Мед.работник _____
