

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 Солнышко (кукурузная) Крупа кукурузная, Россия, Молоко питьевое пастеризованное 2,5%, Россия, Соль, Россия, Сахар, Россия, Масло сливочное, Россия	Калорийность-193,527, Белки-5,22, Жиры-5,583, Углеводы-30,6
200	Какао с молоком Какао, Россия, Сахар, Россия, Молоко питьевое пастеризованное 2,5%, Россия	Калорийность-74,46, Белки-1,33, Жиры-1,46, Углеводы-14
30/10/10	Батон пшеничный с маслом, сыром Сыр полутвердый, Россия, Масло сливочное, Россия, Батон нарезной, Россия	Калорийность-116,975, Белки-4,04, Жиры-5,175, Углеводы-13,56
Итого за Завтрак		Калорийность-384,962, Белки-10,59, Жиры-12,218, Углеводы-58,16
<u>Завтрак 2</u>		
100	Бифивит	Калорийность-68,5, Белки-2,5, Жиры-2,5, Углеводы-9
Итого за Завтрак 2		Калорийность-68,5, Белки-2,5, Жиры-2,5, Углеводы-9
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с клецками Картофель, Россия, Морковь, Россия, Лук репчатый, Россия, Масло растительное, Россия, Соль, Россия, Масло сливочное, Россия, Яйцо, Россия, Мука, Россия, Говядина, Россия	Калорийность-141,867, Белки-5,8, Жиры-6,243, Углеводы-15,62, ВитаминС-5
180	Голубцы ленивые Говядина, Россия, Капуста белокочанная, Россия, Крупа рисовая, Россия, Лук репчатый, Россия, Масло растительное, Россия, Яйцо, Россия, Сметана 15%, Россия, Мука, Россия, Томатная паста, Россия, Соль, Россия	Калорийность-300,4, Белки-11,09, Жиры-13,9, Углеводы-32,735, ВитаминС-7,505
200	Кисель из свежзамороженной ягоды Сахар, Россия, Крахмал, Россия, Ягода замороженная (облепиха), Россия	Калорийность-84,088, Белки-0,022, Углеводы-21, ВитаминС-30
050	Хлеб Дарницкий	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22
Итого за Обед		Калорийность-631,355, Белки-18,912, Жиры-21,143, Углеводы-91,355, ВитаминС-42,505
<u>Полдник</u>		
70	Пирожное песочное с крошкой и творогом Мука, Россия, Повидло, Россия, Яйцо, Россия, Сахар, Россия, Маргарин, Россия, Творог 9%, Россия, Сода пищевая, Россия	Калорийность-284,661, Белки-8,678, Жиры-8,546, Углеводы-45,629, ВитаминС-3,3
200	Чай без сахара	Калорийность-4, Углеводы-1
Итого за Полдник		Калорийность-288,661, Белки-8,678, Жиры-8,546, Углеводы-46,629, ВитаминС-3,3
<u>Ужин</u>		
80	Котлета Домашняя Говядина, Россия, Соль, Россия, Батон нарезной, Россия, Масло растительное, Россия, Мука, Россия, Свинина, Россия, Крупа манная, Россия	Калорийность-118,996, Белки-9,11, Жиры-10,485, Углеводы-14,103
150	Пюре картофельное Картофель, Россия, Молоко питьевое пастеризованное 2,5%, Россия, Масло сливочное, Россия, Соль, Россия	Калорийность-168,136, Белки-3,15, Жиры-4,608, Углеводы-74,177, ВитаминС-4,195
200	Чай с сахаром Чай, Россия, Сахар, Россия	Калорийность-26,29, Углеводы-6,576
25	Хлеб Дарницкий	Калорийность-52,5, Белки-1, Жиры-0,5, Углеводы-11
Итого за Ужин		Калорийность-426,522, Белки-13,32, Жиры-15,593, Углеводы-55,856, ВитаминС-4,195
Итого за день		Калорийность-1 800, Белки-54, Жиры-60, Углеводы-261, ВитаминС-50
Руководитель _____ Мед.работник _____		