

Основная (3-7 сад весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
160	Каша пшеничная жидкая молочная	Калорийность-154, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-25	11-91
180	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамины С-1	7-57
21	Битон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-95
17	Джем, повидло	Калорийность-36, Углеводы-10	2-27
Итого за завтрак		Калорийность-323, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-58, Витамины С-1	24-70
2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамины С-2	6-88
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамины С-2	6-88
50	Салат картофельный	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-7, Витамины С-1	4-30
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, Витамины С-7	6-64
180	Капустя, тушеная с мясом	Калорийность-229, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9, Витамины С-17	79-66
180	Компот из свежих яблок	Калорийность-86, Углеводы-21, Витамины С-2	3-71
31	Хлеб пшеничный	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-90
46	Хлеб ржаной	Калорийность-97, Белки-2, Углеводы-21	3-85
Итого за обед		Калорийность-623, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-87, Витамины С-27	101-06
Употребленный полдник			
58	Салат из горошка зеленого консервированного	Калорийность-48, Белки-17, Жиры-3, Углеводы-4, Витамины С-6	14-11
80	Чорыз селянка (рыба в омлете) (удмуртское блюдо)	Калорийность-100, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-2	44-89
24	Печенье	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16	3-00
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Витамины С-2	13-18
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-93
5	Сода		0-08
Итого за употребленный полдник		Калорийность-405, Белки-39, Жиры-16, Углеводы-41, Витамины С-8	77-19
Итого за день		Калорийность-1 394, Белки-63, Жиры-35, Углеводы-196, Витамины С-38	209-83
		Кладовщик Игорь Назаров Ангелина	Николаева Любовь Викторовна

Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	энерг. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
130	Кашишная жидкая молочная	Калорийность-125, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20	9-69
150	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамины С-1	6-31
18	Батон	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	2-55
11	Джем, повидло	Калорийность-23, Углеводы-6	1-51
Итого за завтрак		Калорийность-260, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-46, Витамины С-1	20-06
2	Завтрак		
100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамины С-2	6-88
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамины С-2	6-88
30	Салат картофельный	Калорийность-32, Жиры-2, Углеводы-4	2-58
150	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамины С-5	4-98
140	Каша, тушеная с мясом	Калорийность-178, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-7, Витамины С-13	61-96
150	Компот из свежих яблок	Калорийность-72, Углеводы-18, Витамины С-1	3-09
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-93
36	Хлеб ржаной	Калорийность-76, Белки-2, Углеводы-16	3-08
Итого за обед		Калорийность-468, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-65, Витамины С-19	77-62
Удлиненный полдник			
60	Чорыг селянка (рыба в масле)	Калорийность-75, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-2	33-66
20	Печенье	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-14	2-50
150	Молоко кипяченое	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамины С-2	10-98
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-45
3	Соль		0-05
Итого за Удлиненный полдник		Калорийность-285, Белки-17, Жиры-10, Углеводы-31, Витамины С-2	48-64
Итого за день		Калорийность-1056, Белки-36, Жиры-25, Углеводы-152, Витамины С-24	153-20
Подпись		Горелова Наталья Анатольевна	Николаева Наталья Викторовна
Подпись		Кладовщик	Повар
Подпись		Бухгалтер	Бухгалтер
Подпись		Ассистент	Ассистент
Подпись		Исходящий	Исходящий