

Основная (сотрудники)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i><u>обед</u></i>			
150	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-252, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-34, Витамин С-20	27-10
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
30	Соус томатный	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	3-06
200	Чай с сахаром	Калорийность-56, Углеводы-14	0-76
Итого за обед		Калорийность-378, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-60, Витамин С-21	32-25
Итого за день		Калорийность-378, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-60, Витамин С-21	32-25
Утвердил заведующий	Руководитель	Кладовщик	Кладовщик
Калькулятор	Калькулятор		Повар

Основная (1-3 года весна/лето корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
160	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-151, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-27	13-61
180	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	8-41
25	Батон	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-66
8	Масло порциями	Калорийность-53, Жиры-6	8-45
Итого за завтрак		Калорийность-370, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-55, Витамин С-1	33-13
<u>2 завтрак</u>			
100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-51
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-51
<u>обед</u>			
160	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-6, Витамин С-12	42-17
7	Сметана	Калорийность-11, Жиры-1	1-33
120	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-201, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-27, Витамин С-16	21-68
20	Соус томатный	Калорийность-15, Жиры-1, Углеводы-2	2-04
40	Салат из свеклы отварной	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-4	2-11
160	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-91, Углеводы-22	2-93
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
Итого за обед		Калорийность-532, Белки-16, Жиры-13, Углеводы-83, Витамин С-32	75-41
<u>Уплотненный полдник</u>			
140	Макароны отварные с сыром	Калорийность-232, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-21	24-26
180	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-68
20	Печенье	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-14	2-83
40	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-31, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-4	5-33
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
3	Соль		0-05
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-450, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-61, Витамин С-4	34-48
Итого за день		Калорийность-1 395, Белки-37, Жиры-40, Углеводы-209, Витамин С-39	149-53

Утвердил
заведующий
Калькулятор

Руководитель
Калькулятор

Кладовщик

Кладовщик

Повар

Повар

Основная (3-7 года весна/лето корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)		
<u>завтрак</u>					
180	Каша рисовая жидкая молочная	Калорийность-170, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-30	15-32		
200	Какао с молоком	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17, Витамин С-2	9-35		
30	Батон	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-19		
10	Масло порциями	Калорийность-66, Жиры-7	10-56		
Итого за завтрак		Калорийность-426, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-62, Витамин С-2	38-42		
<u>2 завтрак</u>					
100	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-51		
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-51		
<u>обед</u>					
180	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	Калорийность-74, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-7, Витамин С-13	47-44		
10	Сметана	Калорийность-16, Жиры-2	1-91		
150	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-252, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-34, Витамин С-20	27-10		
30	Соус томатный	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-1	3-06		
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Витамин С-6	3-17		
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	3-29		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00		
40	Хлеб ржаной	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	2-43		
Итого за обед		Калорийность-679, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-106, Витамин С-40	90-40		
<u>Уплотненный полдник</u>					
160	Макароны отварные с сыром	Калорийность-265, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-24	27-72		
200	Чай с сахаром	Калорийность-56, Углеводы-14	0-76		
40	Печенье	Калорийность-180, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-27	5-66		
60	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-6	7-99		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-00		
3	Соль		0-05		
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-619, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-85, Витамин С-6	44-18		
Итого за день		Калорийность-1 767, Белки-45, Жиры-54, Углеводы-263, Витамин С-50	179-51		
Утвердил заведующий	Руководитель	Кладовщик	Кладовщик	Повар	Повар
Калькулятор	Калькулятор				

