

Основная (1-3 года осень/зима)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	<i>Каша манная жидкая молочная</i>	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	7-48
149	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-1	5-23
8	<i>Сыр порциями</i>	Калорийность-29, Белки-2, Жиры-2	4-26
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	1-98
Итого за завтрак		Калорийность-274, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-43, Витамин С-1	18-95
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Напиток из вишни</i>	Калорийность-46, Углеводы-11, Витамин С-1	0-71
Итого за 2 завтрак		Калорийность-46, Углеводы-11, Витамин С-1	0-71
<u>обед</u>			
150	<i>Пуштышешыд (суп картофельный со взбитым яйцом, удмуртское блюдо) на курином бульоне</i>	Калорийность-60, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-7, Витамин С-7	3-59
109	<i>Плов из птицы (ясли)</i>	Калорийность-207, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-18	28-85
148	<i>Компот из кураги</i>	Калорийность-84, Углеводы-21	2-39
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	1-98
37	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-78, Белки-2, Углеводы-17	2-27
Итого за обед		Калорийность-500, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-78, Витамин С-7	39-08
<u>Уплотненный полдник</u>			
45	<i>Манник 60гр</i>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	4-05
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	0-58
4	<i>Соль</i>		0-08
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-105, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-18	4-71
Итого за день		Калорийность-925, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-150, Витамин С-9	63-45

Утвердил _____ Бобкина Татьяна
заведующий _____ Анатольевна