

## Основная (1-3 года осень/зима)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
130	Каша вязкая геркулесовая молочная	Калорийность-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21	7-12
149	Какао с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	6-24
5	Сыр порциями	Калорийность-18, Белки-1, Жиры-1	2-84
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-39
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-292, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-44, Витамин С-1	<b>17-59</b>
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	1-98
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	<b>1-98</b>
<b><u>обед</u></b>			
50	Кабачковая икра (промышленного производства)	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4, Витамин С-5	5-13
153	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-10	3-00
144	Запеканка из говяжьей печени 1-3 года	Калорийность-278, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-12, Витамин С-16	29-12
147	Компот из кураги	Калорийность-84, Углеводы-20	2-21
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-39
38	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Углеводы-17	2-32
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-604, Белки-28, Жиры-21, Углеводы-73, Витамин С-21	<b>43-17</b>
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
61	Коржики молочные	Калорийность-229, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-38	8-07
150	Молоко кипяченое	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	9-32
4	Соль		0-08
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-314, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-46, Витамин С-2	<b>17-47</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 251, Белки-46, Жиры-41, Углеводы-172, Витамин С-74	<b>80-21</b>

Утвердил \_\_\_\_\_ Бобкина Татьяна  
заведующий \_\_\_\_\_ Анатольевна