

Основная (1-3 года осень/зима)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
98	Каша пшеничная жидкая молочная	Калорийность-101, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	5-64
115	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-1	2-86
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	2-79
17	Хлеб пшеничный	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-10
Итого за завтрак		Калорийность-228, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-32, Витамин С-1	12-39
2 завтрак			
100	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	1-98
Итого за 2 завтрак		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	1-98
обед			
331	Суп картофельный с Геркулесом	Калорийность-122, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19, Витамин С-11	8-33
41	Кнели куриные с рисом	Калорийность-107, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-2	20-49
130	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-221, Белки-12, Жиры-6, Углеводы-30	6-32
147	Компот из изюма	Калорийность-84, Углеводы-20	2-78
17	Хлеб пшеничный	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	1-10
38	Хлеб ржаной	Калорийность-80, Белки-2, Углеводы-17	2-32
Итого за обед		Калорийность-654, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-96, Витамин С-11	41-34
Уплотненный полдник			
130	Плов из риса с курагой 1 - 3 года	Калорийность-221, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-40, Витамин С-8	8-01
8	Хлеб пшеничный	Калорийность-19, Белки-1, Углеводы-4	0-55
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-59
2	Соль		0-03
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-282, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-54, Витамин С-8	9-18
Итого за день		Калорийность-1 205, Белки-38, Жиры-32, Углеводы-191, Витамин С-70	64-89

Утвердил
заведующий _____ Бобкина Татьяна
Анатольевна