Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	<i>Каша вязкая пшеничная молочная</i>	Калорийность-145, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24	9-87
149	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	7-86
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-25
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-75
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	2-75
Итого за завтрак		Калорийность-352, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-55, Витамин С-51	26-48
<u>обед</u>			
65	<i>Салат из квашеной капусты с луком</i>	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-13	0-87
156	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i>	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11, Витамин С-5	4-47
60	<i>Чорыг селянка (рыба в омлете) (удмуртское блюдо)</i>	Калорийность-75, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-2	21-68
131	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18, Витамин С-16	12-34
148	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-84, Углеводы-21	2-94
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	1-25
40	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	2-45
Итого за обед		Калорийность-530, Белки-19, Жиры-12, Углеводы-84, Витамин С-34	46-00
<u>Уплотненный полдник</u>			
103	<i>Запеканка из творога</i>	Калорийность-239, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-14	33-03
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	0-59
9	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	0-62
4	<i>Соль</i>		0-06
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-302, Белки-19, Жиры-12, Углеводы-28	34-30
Итого за день		Калорийность-1 184, Белки-45, Жиры-35, Углеводы-167, Витамин С-85	106-78

Бобкина Татьяна
Анатольевна

Утвердил
заведующий _____