

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>			
92	Каша вязкая ячневая молочная	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15	3-35
91	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-6, Витамин С-1	1-40
22	Хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-46
2	Масло порциями	Калорийность-13, Жиры-1	2-00
98	Напиток из вишни	Калорийность-45, Углеводы-11, Витамин С-1	4-47
Итого за завтрак		Калорийность-241, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-43, Витамин С-2	12-68
<u>обед</u>			
44	Салат из свеклы отварной	Калорийность-41, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Витамин С-4	2-88
134	Пуштыешыд (суп картофельный со взбитым яйцом, удмуртское блюдо) на курином бульоне	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-6, Витамин С-6	14-13
37	Птица в соусе с томатом	Калорийность-56, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-1, Витамин С-1	21-90
134	Каша рассыпчатая перловая	Калорийность-163, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	2-87
148	Компот из кураги	Калорийность-84, Углеводы-21	2-33
22	Хлеб пшеничный	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	1-46
39	Хлеб ржаной	Калорийность-82, Белки-2, Углеводы-17	2-36
Итого за обед		Калорийность-532, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-88, Витамин С-11	47-93
<u>Уплотненный полдник</u>			
49	Манник 60гр	Калорийность-69, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	5-16
15	Молоко кипяченое	Калорийность-9, Углеводы-1	1-24
4	Соль		0-06
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-78, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	6-46
Итого за день		Калорийность-851, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-140, Витамин С-13	67-07

Утвердил
заведующийБобкина Татьяна
Анатольевна