

Утвердил заведующий

Новикова Ольга
Николаевна

Меню 1-3 года

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	Каша пшеничная молочная	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-22	10-87
165	Чай с молоком	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	8-86
21	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	2-12
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-90
Итого за завтрак		Калорийность-300, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-44	26-75
<u>2 завтрак</u>			
104	Сок фруктовый	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	4-60
Итого за 2 завтрак		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	4-60
<u>обед</u>			
30	Салат из свеклы отварной	Калорийность-28, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-3	1-87
150	Рассольник ленинградский	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-10, Витамин С-5	5-49
5	Сметана	Калорийность-8, Жиры-1	0-95
60	Рыба, припущенная с овощами	Калорийность-27, Белки-4, Углеводы-2, Витамин С-1	11-19
121	Пюре картофельное	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16, Витамин С-15	12-89
165	Компот из кураги	Калорийность-94, Углеводы-23	5-30
21	Хлеб ржаной	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-9	1-22
31	Хлеб пшеничный	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-00
Итого за обед		Калорийность-457, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-78. Витамин С-24	40-91
<u>Уплотненный полдник</u>			
82	Запеканка из творога	Калорийность-190, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-11	28-36
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5	0-67



Документ подписан
Электронной подписью

Сертификат: 562B C12F 6333 9227 678D E9C7 D5BD 6DE8
Владелец: Новикова Ольга Николаевна
Действителен: с 25.09.2024 по 19.12.2025

165	<i>Молоко кипяченое</i>	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8, Витамин С-2	14-44
21	<i>Молоко сгущеное</i>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-12	4-61
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-362, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-36, Витамин С-2	48-13
Итого за день		Калорийность-1 163, Белки-43, Жиры-35, Углеводы-169, Витамин С-28	120-39

Утвердил заведующий

Новикова Ольга
Николаевна

Меню 3-7 сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
150	Каша пшеничная молочная	Калорийность-154, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	12-54
190	Чай с молоком	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	10-20
32	Батон	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-16	3-19
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	4-90
Итого за завтрак		Калорийность-360, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-55	30-83
<u>2 завтрак</u>			
104	Сок фруктовый	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	4-60
Итого за 2 завтрак		Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-11, Витамин С-2	4-60
<u>обед</u>			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Витамин С-6	3-75
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, Витамин С-6	7-32
7	Сметана	Калорийность-11, Жиры-1	1-33
70	Рыба, припущенная с овощами	Калорийность-32, Белки-5, Углеводы-2, Витамин С-1	13-05
151	Пюре картофельное	Калорийность-139, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-21, Витамин С-18	16-11
190	Компот из кураги	Калорийность-108, Углеводы-26	6-10
31	Хлеб ржаной	Калорийность-65, Белки-2, Углеводы-14	1-82
31	Хлеб пшеничный	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-15	2-00
Итого за обед		Калорийность-581, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-96, Витамин С-31	51-48
<u>Уплотненный полдник</u>			
102	Запеканка из творога	Калорийность-237, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-14	35-45
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-00

190	Молоко кипяченое	Калорийность-108, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10, Витамин С-3	16-63
26	Молоко сгущеное	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-15	5-77
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-447, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-46, Витамин С-3	58-90
Итого за день		Калорийность-1 432, Белки-52, Жиры-42, Углеводы-208, Витамин С-36	145-81

Утвердил заведующий

Новикова Ольга
Николаевна

Меню сотрудники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
60	Рыба, припущенная с овощами	Калорийность-27, Белки-4, Углеводы-2, Витамин С-1	11-19
121	Пюре картофельное	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16, Витамин С-15	12-89
21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	1-33
Итого за обед		Калорийность-187, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-28. Витамин С-16	25-46
Итого за день		Калорийность-187, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-28. Витамин С-16	25-46