

**Детский сад**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
200	<b>Суп молочный гречневый</b>	Калорийность-166,241, Белки-5,48, Жиры-5,8, Углеводы-24,09
200	<b>Напиток кофейный</b>	Калорийность-44,8, Белки-1,5, Жиры-1,2, Углеводы-7
30/10/10	<b>Бутерброд с маслом, сыром</b>	Калорийность-151,92, Белки-3,25, Жиры-5, Углеводы-18,58
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-362,961, Белки-10,23, Жиры-12, Углеводы-
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
200/1шт	<b>Сок детский</b>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-11,362
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Суп картофельный с клецками</b>	Калорийность-143,11, Белки-5,6, Жиры-6,47, Углеводы-15,62, ВитаминС-2,76
80	<b>Котлета Домашняя</b>	Калорийность-143,313, Белки-9,481, Жиры-6,874, Углеводы-9,56
130	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-139,764, Белки-2,53, Жиры-5,222, Углеводы-23, ВитаминС-9,002
200	<b>Компот из изюма</b>	Калорийность-74, Белки-0,541, Углеводы-18, ВитаминС-20,537
050	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-605,187, Белки-20,152, Жиры-19,566, Углеводы-88,18, ВитаминС-32,299
<b><u>Полдник</u></b>		
075	<b>Булочка домашняя</b>	Калорийность-237,58, Белки-2,355, Жиры-9,36, Углеводы-39,332
200	<b>Бифивит</b>	Калорийность-129,365, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-14,4
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-366,945, Белки-7,355, Жиры-14,36, Углеводы-53,732
<b><u>Ужин</u></b>		
80/30	<b>Биточки рыбные Нежные</b>	Калорийность-166,19, Белки-11,313, Жиры-8,554, Углеводы-11,018, ВитаминС-8,184
130	<b>Рис припущенный</b>	Калорийность-158,217, Белки-2,95, Жиры-5,02, Углеводы-26,4
200	<b>Чай без сахара</b>	Калорийность-4, Углеводы-1
025	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52,5, Белки-1, Жиры-0,5, Углеводы-11
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-380,907, Белки-15,263, Жиры-14,074, Углеводы-49,418, ВитаминС-8,184
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 800, Белки-54, Жиры-60, Углеводы-261, ВитаминС-51,845

Руководитель \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_

## Детские ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<i>Суп молочный гречневый</i>	Калорийность-121,835, Белки-4,02, Жиры-5,18, Углеводы-18,508
180	<i>Напиток кофейный</i>	Калорийность-39,48, Белки-1,2, Жиры-0,8, Углеводы-6,87
25/5/10	<i>Бутерброд с маслом, сыром</i>	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12,096
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-266,315, Белки-8,22, Жиры-10,98, Углеводы-37,474
<u>Завтрак 2</u>		
200/1шт м	<i>Сок детский</i>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-11,362
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-
<u>Обед</u>		
150	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-104,291, Белки-4,06, Жиры-4,3, Углеводы-11,096, ВитаминС-1,665
60	<i>Котлета Домашняя</i>	Калорийность-110,922, Белки-7,15, Жиры-7,272, Углеводы-5,771
120	<i>Капуста тушеная</i>	Калорийность-109,6, Белки-2,482, Жиры-3,12, Углеводы-18, ВитаминС-8,31
180	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-48,8, Белки-0,2, Углеводы-12, ВитаминС-18,484
050	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-478,613, Белки-15,892, Жиры-15,692, Углеводы-68,867, ВитаминС-28,459
<u>Полдник</u>		
065	<i>Булочка домашняя</i>	Калорийность-169,275, Белки-2,041, Жиры-5, Углеводы-29,64
180	<i>Бифивит</i>	Калорийность-117,31, Белки-3,75, Жиры-3,75, Углеводы-12
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-286,585, Белки-5,791, Жиры-8,75, Углеводы-41,64
<u>Ужин</u>		
60/20	<i>Биточки рыбные Нежные</i>	Калорийность-107,9, Белки-8,097, Жиры-7,193, Углеводы-3,019, ВитаминС-7,12
110	<i>Рис припущенный</i>	Калорийность-120,096, Белки-2, Жиры-3,885, Углеводы-20
180	<i>Чай без сахара</i>	Калорийность-4, Углеводы-1
025	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-52,5, Белки-1, Жиры-0,5, Углеводы-11
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-284,496, Белки-11,097, Жиры-11,578, Углеводы-35,019, ВитаминС-7,12
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 400,009, Белки-42, Жиры-47, Углеводы-203, ВитаминС-46,941

Руководитель \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_