

## Основная (1-3 года осень/зима корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
130	<i>Каша манная жидкая молочная</i>	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	=
21	<i>Батон</i>	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-10	=
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	=
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-228, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-37	=
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	=
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	=
<b><u>обед</u></b>			
30	<i>Салат из белокочанной капусты</i>	Калорийность-18, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-5	=
150	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8, Витамин С-3	=
103	<i>Плов из птицы (ясли)</i>	Калорийность-196, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-17	=
150	<i>Компот из кураги</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	=
32	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	=
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	=
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-470, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-71, Витамин С-8	=
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
85	<i>Булочка Веснушка (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-257, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-46	=
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	=
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	=
4	<i>Соль</i>		=
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-344, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-65	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 083, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-182, Витамин С-58	=
Утвердил заведующий Калькулятор	Коза Анэля Станиславовна  Дулесова Анна Сергеевна	Кладовщик   	Гореева Маргарита Владимировна  Повар   Ливинцева Юлия Сергеевна



## Основная (3-7 сад осень/зима корпус 2)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>завтрак</u></b>			
150	<i>Каша манная жидкая молочная</i>	Калорийность-120, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20	=
180	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-84, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-13, Витамин С-1	=
27	<i>Батон</i>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	=
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	=
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-300, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-46, Витамин С-1	=
<b><u>2 завтрак</u></b>			
100	<i>Напиток из плодов шиповника</i>	Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	=
<b>Итого за 2 завтрак</b>		Калорийность-41, Углеводы-9, Витамин С-50	=
<b><u>обед</u></b>			
50	<i>Салат из белокочанной капусты</i>	Калорийность-30, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин С-9	=
180	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-3	=
121	<i>Плов из птицы (сад)</i>	Калорийность-234, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-21, Витамин С-1	=
180	<i>Компот из кураги</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	=
41	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-86, Белки-2, Углеводы-18	=
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	=
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-568, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-86, Витамин С-13	=
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>			
85	<i>Булочка Веснушка (дрожжи сухие)</i>	Калорийность-257, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-46	=
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-50, Углеводы-13	=
14	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-7	=
6	<i>Соль</i>		=
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		Калорийность-340, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-66	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 249, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-207, Витамин С-64	=
Утвердил заведующий Калькулятор	Коза Анэля Станиславовна  Дулесова Анна Сергеевна	Кладовщик   	Гореева Маргарита Владимировна  Повар   Ливинцева Юлия Сергеевна



## Основная (сотрудники 1 корпус)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>обед</u></b>			
140	<b>Плов из птицы (сад)</b>	Калорийность-271, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-24, Витамин С-1	=
48	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-113, Белки-4, Углеводы-24	=
180	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-50, Углеводы-13	=
5	<b>Соль</b>		=
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-434, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-61, Витамин С-1	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-434, Белки-18, Жиры-13, Углеводы-61, Витамин С-1	=
Утвердил заведующий Калькулятор	Коза Анэля Станиславовна _____ Дулесова Анна Сергеевна	Кладовщик _____	Гореева Маргарита Владимировна _____
		Повар	Ливинцева Юлия Сергеевна _____

