

(Саd1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200 **Каша пшеничная молочная жидкая 3-7** кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26

Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, крупа пшено шлифованное 0.7 кг, Сахар белый 5-10 кг

72 **Бутерброд с сыром 3-7** кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19

Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг

200 **Чай с молоком 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24

Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Чай черный

Итого за Завтрак1 кКал-672, Белки-21, Жиры-34, Угл-69

Завтрак2

100 **Бананы** Угл-27

Итого за Завтрак2 Угл-27

Обед

200 **Суп картофельный с бобами 1,5-3** кКал-88, Белки-2, Жиры-3, Угл-12

Картофель производственный, крупа горох колотый 0.7 кг, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг

175 **Запеканка с макаронами** кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31

Говядина охлажденная не более 20% в отрубке, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг

60 **Салат из белокачанной капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

200 **Компот из сушеных фруктов 3-7** кКал-67, Угл-18

Сахар белый 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)

30 **Огурец натуральный свежий 3-7** кКал-4, Угл-1

Итого за Обед кКал-708, Белки-27, Жиры-24, Угл-95

Полдник

150 **Суп молочный с клецками 3-7** кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17

Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг

30 **Вафли 3-7** кКал-146, Белки-2, Жиры-7, Угл-20

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

Итого за Полдник кКал-399, Белки-13, Жиры-19, Угл-45

Итого за кКал-1 779, Белки-61, Жиры-77, Угл-236

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская
сестра

Лачина Ю.В.

(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша пшеничная молочная жидкая 3-7	кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26
	<i>Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, крупа пшено шлифованное 0.7 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
72	Бутерброд с сыром 3-7	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
	<i>Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
200	Чай с молоком 3-7	кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24
	<i>Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Чай черный</i>	
Итого за Завтрак1		кКал-672, Белки-21, Жиры-34, Угл-69
<u>Завтрак2</u>		
100	Бананы	Угл-27
Итого за Завтрак2		Угл-27
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с бобами 1,5-3	кКал-88, Белки-2, Жиры-3, Угл-12
	<i>Картофель производственный, крупа горох колотый 0.7 кг, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	
175	Запеканка с макаронами	кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31
	<i>Говядина охлажденная не более 20% в отрубке, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
60	Салат из белокачанной капусты 3-7	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
	<i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	
32	Хлеб пшеничный 3-7	кКал-68, Белки-2, Угл-14
45	Хлеб ржаной 3-7	кКал-80, Белки-2, Угл-16
200	Компот из сушеных фруктов 3-7	кКал-67, Угл-18
	<i>Сахар белый 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)</i>	
30	Огурец натуральный свежий 3-7	кКал-4, Угл-1
Итого за Обед		кКал-708, Белки-27, Жиры-24, Угл-95
<u>Полдник</u>		
150	Суп молочный с клецками 3-7	кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17
	<i>Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
30	Вафли 3-7	кКал-146, Белки-2, Жиры-7, Угл-20
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-399, Белки-13, Жиры-19, Угл-45
Итого за		кКал-1 779, Белки-61, Жиры-77, Угл-236

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская
сестра

Лачина Ю.В.

(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша пшеничная молочная жидкая 3-7	кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26
	<i>Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, крупа пшено шлифованное 0.7 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
72	Бутерброд с сыром 3-7	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
	<i>Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
200	Чай с молоком 3-7	кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24
	<i>Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Чай черный</i>	
Итого за Завтрак1		кКал-672, Белки-21, Жиры-34, Угл-69
<u>Завтрак2</u>		
100	Бананы	Угл-27
Итого за Завтрак2		Угл-27
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с бобами 1,5-3	кКал-88, Белки-2, Жиры-3, Угл-12
	<i>Картофель производственный, крупа горох колотый 0.7 кг, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	
175	Запеканка с макаронами	кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31
	<i>Говядина охлажденная не более 20% в отрубке, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
60	Салат из белокачанной капусты 3-7	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
	<i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	
32	Хлеб пшеничный 3-7	кКал-68, Белки-2, Угл-14
45	Хлеб ржаной 3-7	кКал-80, Белки-2, Угл-16
200	Компот из сушеных фруктов 3-7	кКал-67, Угл-18
	<i>Сахар белый 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)</i>	
30	Огурец натуральный свежий 3-7	кКал-4, Угл-1
Итого за Обед		кКал-708, Белки-27, Жиры-24, Угл-95
<u>Полдник</u>		
150	Суп молочный с клецками 3-7	кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17
	<i>Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
30	Вафли 3-7	кКал-146, Белки-2, Жиры-7, Угл-20
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-399, Белки-13, Жиры-19, Угл-45
Итого за		кКал-1 779, Белки-61, Жиры-77, Угл-236

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская
сестра

Лачина Ю.В.

(Саd1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша пшеничная молочная жидкая 3-7	кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26
	<i>Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, крупа пшено шлифованное 0.7 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
72	Бутерброд с сыром 3-7	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
	<i>Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
200	Чай с молоком 3-7	кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24
	<i>Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Чай черный</i>	
Итого за Завтрак1		кКал-672, Белки-21, Жиры-34, Угл-69
<u>Завтрак2</u>		
100	Бананы	Угл-27
Итого за Завтрак2		Угл-27
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с бобами 1,5-3	кКал-88, Белки-2, Жиры-3, Угл-12
	<i>Картофель производственный, крупа горох колотый 0.7 кг, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	
175	Запеканка с макаронами	кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31
	<i>Говядина охлажденная не более 20% в отрубке, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
60	Салат из белокачанной капусты 3-7	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
	<i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	
32	Хлеб пшеничный 3-7	кКал-68, Белки-2, Угл-14
45	Хлеб ржаной 3-7	кКал-80, Белки-2, Угл-16
200	Компот из сушеных фруктов 3-7	кКал-67, Угл-18
	<i>Сахар белый 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)</i>	
30	Огурец натуральный свежий 3-7	кКал-4, Угл-1
Итого за Обед		кКал-708, Белки-27, Жиры-24, Угл-95
<u>Полдник</u>		
150	Суп молочный с клецками 3-7	кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17
	<i>Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
30	Вафли 3-7	кКал-146, Белки-2, Жиры-7, Угл-20
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-399, Белки-13, Жиры-19, Угл-45
Итого за		кКал-1 779, Белки-61, Жиры-77, Угл-236

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская
сестра

Лачина Ю.В.

(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша пшеничная молочная жидкая 3-7	кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26
	<i>Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, крупа пшено шлифованное 0.7 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
72	Бутерброд с сыром 3-7	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
	<i>Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
200	Чай с молоком 3-7	кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24
	<i>Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Чай черный</i>	
Итого за Завтрак1		кКал-672, Белки-21, Жиры-34, Угл-69
<u>Завтрак2</u>		
100	Бананы	Угл-27
Итого за Завтрак2		Угл-27
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с бобами 1,5-3	кКал-88, Белки-2, Жиры-3, Угл-12
	<i>Картофель производственный, крупа горох колотый 0.7 кг, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	
175	Запеканка с макаронами	кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31
	<i>Говядина охлажденная не более 20% в отрубке, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
60	Салат из белокачанной капусты 3-7	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
	<i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	
32	Хлеб пшеничный 3-7	кКал-68, Белки-2, Угл-14
45	Хлеб ржаной 3-7	кКал-80, Белки-2, Угл-16
200	Компот из сушеных фруктов 3-7	кКал-67, Угл-18
	<i>Сахар белый 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)</i>	
30	Огурец натуральный свежий 3-7	кКал-4, Угл-1
Итого за Обед		кКал-708, Белки-27, Жиры-24, Угл-95
<u>Полдник</u>		
150	Суп молочный с клецками 3-7	кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17
	<i>Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
30	Вафли 3-7	кКал-146, Белки-2, Жиры-7, Угл-20
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-399, Белки-13, Жиры-19, Угл-45
Итого за		кКал-1 779, Белки-61, Жиры-77, Угл-236

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская
сестра

Лачина Ю.В.

(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша пшеничная молочная жидкая 3-7	кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26
	<i>Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, крупа пшено шлифованное 0.7 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
72	Бутерброд с сыром 3-7	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
	<i>Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
200	Чай с молоком 3-7	кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24
	<i>Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Чай черный</i>	
Итого за Завтрак1		кКал-672, Белки-21, Жиры-34, Угл-69
<u>Завтрак2</u>		
100	Бананы	Угл-27
Итого за Завтрак2		Угл-27
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с бобами 1,5-3	кКал-88, Белки-2, Жиры-3, Угл-12
	<i>Картофель производственный, крупа горох колотый 0.7 кг, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	
175	Запеканка с макаронами	кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31
	<i>Говядина охлажденная не более 20% в отрубке, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	
60	Салат из белокачанной капусты 3-7	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
	<i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	
32	Хлеб пшеничный 3-7	кКал-68, Белки-2, Угл-14
45	Хлеб ржаной 3-7	кКал-80, Белки-2, Угл-16
200	Компот из сушеных фруктов 3-7	кКал-67, Угл-18
	<i>Сахар белый 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)</i>	
30	Огурец натуральный свежий 3-7	кКал-4, Угл-1
Итого за Обед		кКал-708, Белки-27, Жиры-24, Угл-95
<u>Полдник</u>		
150	Суп молочный с клецками 3-7	кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17
	<i>Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг</i>	
30	Вафли 3-7	кКал-146, Белки-2, Жиры-7, Угл-20
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-399, Белки-13, Жиры-19, Угл-45
Итого за		кКал-1 779, Белки-61, Жиры-77, Угл-236

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская
сестра

Лачина Ю.В.