

**(Сад1)**

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

**Завтрак1**

200 **Каша манная молочная жидкая 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

*Крупа манная 0,7 кг, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-409, Белки-10, Жиры-17, Угл-66

**Завтрак2**

200 **Сок 3-7** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Обед**

200 **Россольник домашний 3-7** кКал-166, Белки-8, Жиры-8, Угл-16

*Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, крупа рис круглый 0,7кг, Масло подсолнечное рафинированное, Огурцы соленые, Соль йодированная м/у 1 кг, Сметана 20 % 0,4 кг*

150 **Рыба под омлетом 3-7** кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5

*Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-649, Белки-36, Жиры-24, Угл-69

**Полдник**

50 **Пряник** кКал-180, Белки-3, Жиры-3, Угл-36

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-267, Белки-7, Жиры-8, Угл-43

**Итого за** кКал-1 425, Белки-54, Жиры-49, Угл-202

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)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

200 **Каша манная молочная жидкая 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

*Крупа манная 0,7 кг, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-409, Белки-10, Жиры-17, Угл-66

**Завтрак2**

200 **Сок 3-7** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Обед**

200 **Россольник домашний 3-7** кКал-166, Белки-8, Жиры-8, Угл-16

*Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, крупа рис круглый 0,7кг, Масло подсолнечное рафинированное, Огурцы соленые, Соль йодированная м/у 1 кг, Сметана 20 % 0,4 кг*

150 **Рыба под омлетом 3-7** кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5

*Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-649, Белки-36, Жиры-24, Угл-69

**Полдник**

50 **Пряник** кКал-180, Белки-3, Жиры-3, Угл-36

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-267, Белки-7, Жиры-8, Угл-43

**Итого за** кКал-1 425, Белки-54, Жиры-49, Угл-202

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)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

200 **Каша манная молочная жидкая 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

*Крупа манная 0,7 кг, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-409, Белки-10, Жиры-17, Угл-66

**Завтрак2**

200 **Сок 3-7** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Обед**

200 **Россольник домашний 3-7** кКал-166, Белки-8, Жиры-8, Угл-16

*Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, крупа рис круглый 0,7кг, Масло подсолнечное рафинированное, Огурцы соленые, Соль йодированная м/у 1 кг, Сметана 20 % 0,4 кг*

150 **Рыба под омлетом 3-7** кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5

*Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-649, Белки-36, Жиры-24, Угл-69

**Полдник**

50 **Пряник** кКал-180, Белки-3, Жиры-3, Угл-36

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-267, Белки-7, Жиры-8, Угл-43

**Итого за** кКал-1 425, Белки-54, Жиры-49, Угл-202

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)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

200 **Каша манная молочная жидкая 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

*Крупа манная 0,7 кг, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-409, Белки-10, Жиры-17, Угл-66

**Завтрак2**

200 **Сок 3-7** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Обед**

200 **Россольник домашний 3-7** кКал-166, Белки-8, Жиры-8, Угл-16

*Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, крупа рис круглый 0,7кг, Масло подсолнечное рафинированное, Огурцы соленые, Соль йодированная м/у 1 кг, Сметана 20 % 0,4 кг*

150 **Рыба под омлетом 3-7** кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5

*Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-649, Белки-36, Жиры-24, Угл-69

**Полдник**

50 **Пряник** кКал-180, Белки-3, Жиры-3, Угл-36

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-267, Белки-7, Жиры-8, Угл-43

**Итого за** кКал-1 425, Белки-54, Жиры-49, Угл-202

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)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

200 **Каша манная молочная жидкая 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

*Крупа манная 0,7 кг, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-409, Белки-10, Жиры-17, Угл-66

**Завтрак2**

200 **Сок 3-7** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Обед**

200 **Россольник домашний 3-7** кКал-166, Белки-8, Жиры-8, Угл-16

*Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, крупа рис круглый 0,7кг, Масло подсолнечное рафинированное, Огурцы соленые, Соль йодированная м/у 1 кг, Сметана 20 % 0,4 кг*

150 **Рыба под омлетом 3-7** кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5

*Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-649, Белки-36, Жиры-24, Угл-69

**Полдник**

50 **Пряник** кКал-180, Белки-3, Жиры-3, Угл-36

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-267, Белки-7, Жиры-8, Угл-43

**Итого за** кКал-1 425, Белки-54, Жиры-49, Угл-202

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)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

200 **Каша манная молочная жидкая 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

*Крупа манная 0,7 кг, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый 5-10 кг*

**Итого за Завтрак1** кКал-409, Белки-10, Жиры-17, Угл-66

**Завтрак2**

200 **Сок 3-7** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Обед**

200 **Россольник домашний 3-7** кКал-166, Белки-8, Жиры-8, Угл-16

*Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, крупа рис круглый 0,7кг, Масло подсолнечное рафинированное, Огурцы соленые, Соль йодированная м/у 1 кг, Сметана 20 % 0,4 кг*

150 **Рыба под омлетом 3-7** кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5

*Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Масло подсолнечное рафинированное*

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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива*

**Итого за Обед** кКал-649, Белки-36, Жиры-24, Угл-69

**Полдник**

50 **Пряник** кКал-180, Белки-3, Жиры-3, Угл-36

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-267, Белки-7, Жиры-8, Угл-43

**Итого за** кКал-1 425, Белки-54, Жиры-49, Угл-202

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.