

23.04.2025

Основная (3-7 сад весна/лето)

код (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
00	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28, Витамин С-2	17-38
80	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16, Витамин С-1	10-54
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	5-28
30	Батон	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-19
Итого за завтрак		Калорийность-412, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-59, Витамин С-3	36-39
2 завтрак			
00	Сок яблочный	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-95
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-95
обед			
71	Пуштымышд (суп картофельный со взбитым яйцом, удмуртское блюдо)	Калорийность-69, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8, Витамин С-8	9-89
6	Суфле из птицы	Калорийность-154, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-2	50-21
50	Каша рассыпчатая гречневая	Калорийность-244, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-39	10-45
79	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-102, Углеводы-25	2-48
0	Хлеб ржаной	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22	3-04
Итого за обед		Калорийность-730, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-101, Витамин С-14	79-44
Уплотненный полдник			
50	Макароны отварные с сыром	Калорийность-265, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-24	27-40
0	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	3-33
30	Чай с сахаром	Калорийность-50, Углеводы-13	0-71
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-433, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-62	31-52
Итого за день		Калорийность-1 618, Белки-47, Жиры-47, Углеводы-232, Витамин С-19	154-30
Подпись		Чайцова Вероника Алексеевна Герасимова Альфия Амировна	Кладовщик Герасимова Альфия Амировна



23.04.2025

Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
160	Каша вязкая молочная Дружба	Калорийность-161, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22, Витамин С-2	13-93
150	Какао с молоком	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13, Витамин С-1	8-78
5	Масло порциями	Калорийность-33, Жиры-4	5-28
30	Батон	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	3-19
Итого за завтрак		Калорийность-354, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-50, Витамин С-3	31-18
2 завтрак			
100	Сок яблочный	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-95
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	6-95
обед			
154	Пуштымышд (суп картофельный со взбитым яйцом, удмуртское блюдо)	Калорийность-62, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-7, Витамин С-7	8-88
37	Суфле из птицы	Калорийность-123, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-2	40-13
125	Каша рассыпчатая гречневая	Калорийность-203, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-32	8-76
149	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-85, Углеводы-21	2-07
15	Хлеб ржаной	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-7	0-91
Итого за обед		Калорийность-543, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-72, Витамин С-11	63-00
Уплотненный полдник			
110	Макароны отварные с сыром	Калорийность-183, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-17	18-83
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
150	Чай с сахаром	Калорийность-42, Углеводы-10	0-58
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-272, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-37	20-82
Итого за день		Калорийность-1 212, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-169, Витамин С-16	121-95
Подпись		Чайцова Вероника Алексеевна Герасимова Альфия Амировна	Кладовщик Герасимова Альфия Амировна

