

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак

2.45	3.92	13.87	100	.035	Бутерброд с маслом	8-34
4.84	13.06	27.55	245	.150	Каша боярская (из пшена с изюмом)	38-45
0.95	0.74	16.66	80	.160	Какао с молоком	11-11
8	18	58	425			57-90

Обед

1.14	2.84	2.96	42	.040	Салат из свеклы с сыром	3-91
5.91	7.72	12.63	144	.150	Суп с рыбными консервами	26-81
3.95	4.25	22.84	147	.100	Макаронные изделия отварные	7-02
12.86	17.57	12.46	535	.080	Котлета особая,рубленая из птицы	30-03
0.13	0.13	15.12	63	.160	Компот из яблок	5-10
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
0.29	0.64	2.27	16	.030	Соус красный основной	0-75
28	34	95	1076			77-47

Полдник

3.91	1.92	42.66	200	.060	Ватрушка с повидлом	11-83
0.07	0.01	1.12	4	.100	Сок	7-02
4	2	44	204			18-85

Ужин

7.36	5.98	18.27	155	.180	Суп картоф. с фрикадельками мясными	28-19
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
3.2	0.4	18.4	90	.040	Хлеб пшеничный	2-80
11	6	49	294			33-03

Руководитель

Медсестра

Калькулятор

Повар

Юрьева Светлана Юрьевна

Назимова О.Г.

Кисаретова ЛМ

Бысова ОН

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
2.45	3.92	13.87	100	.035	Бутерброд с маслом	8-34
2.87	0.79	30.02	139	.150	Каша рисовая молочная вязкая	18-65
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
6	5	56	288			29-03
<u>Обед</u>						
0.71	4.07	3.45	53	.040	Винегрет овощной	5-27
3.51	5.36	7.12	91	.150	Щи из капусты свежей с картофелем	13-96
1.76	3.64	13.82	96	.100	Картофельное пюре	12-64
5.77	3.24	2.72	63	.060	Рыба тушеная в томате с овощами	8-17
0.08	0.36	27.19	113	.160	Компот из апельсинов	10-75
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
16	17	81	545			54-64
<u>Полдник</u>						
0.74	0.64	1.23	14	.160	Молоко кипяченое	18-08
2.22	5.37	19.59	136	.030	Печенье	6-89
3	6	21	150			24-97
<u>Ужин</u>						
2.18	2.03	12.96	80	.180	Суп молочный с макаронными изделиями	17-51
0.17	0.06	22.77	94	.160	Кисель из плодов или ягод свежих	8-03
3.2	0.4	18.4	90	.040	Хлеб пшеничный	2-80
6	2	54	264			28-34

Руководитель

Медсестра

Калькулятор

Повар

Юрьева Светлана Юрьевна

Нагибина О.Г.

Кисаретова ЛМ

Бысова ОН