

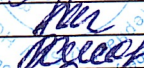
**Питание 3-7 лет пр.д/сад**

| 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             |

|             |       |       |      |      |                                  |       |
|-------------|-------|-------|------|------|----------------------------------|-------|
| <b>Обед</b> |       |       |      |      |                                  |       |
| 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 |

|                |      |       |     |      |               |       |
|----------------|------|-------|-----|------|---------------|-------|
| <b>Полдник</b> |      |       |     |      |               |       |
| 0.32           | 0.08 | 12.04 | 49  | .160 | Чай с сахаром | 2-04  |
| 2.8            | 11.2 | 24.4  | 204 | .040 | Вафли         | 12-84 |
| 3              | 11   | 36    | 253 |      |               | 14-88 |

|             |      |       |     |      |                                     |       |
|-------------|------|-------|-----|------|-------------------------------------|-------|
| <b>Ужин</b> |      |       |     |      |                                     |       |
| 7.36        | 5.98 | 18.27 | 155 | .180 | Суп картоф. с фрикадельками мясными | 28-19 |
| 0.4         | 0.09 | 16.29 | 68  | .160 | Чай с лимоном                       | 3-81  |
| 3.2         | 0.4  | 18.4  | 90  | .040 | Хлеб пшеничный                      | 2-80  |
| 11          | 6    | 53    | 313 |      |                                     | 34-80 |

Руководитель  Юрьева Светлана Юрьевна  
 Медсестра  Нагибина О.Г.  
 Калькулятор  Кисаретова ЛМ  
 Повар  Бысова ОН

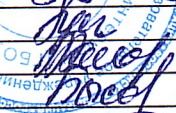
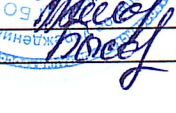
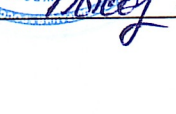
**Питание 3-7 лет пр.д/сад**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда                   | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|------|-------|--------------------------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |       |                                      |                   |
| <b>Завтрак</b>   |      |         |      |       |                                      |                   |
| 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             |
| <b>Обед</b>      |      |         |      |       |                                      |                   |
| 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             |
| <b>Полдник</b>   |      |         |      |       |                                      |                   |
| 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             |
| <b>Ужин</b>      |      |         |      |       |                                      |                   |
| 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 \_\_\_\_\_ Юрьева Светлана Юрьевна  
 Медсестра \_\_\_\_\_ Нагибина О.Г.  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ Кисаретова ЛМ  
 Повар \_\_\_\_\_ Бысова ОН

**Питание 3-7 лет пр.д/сад**

| Пищевая ценность |       |         |      | Выход | Наименование блюда          | Стоимость питания |
|------------------|-------|---------|------|-------|-----------------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры  | Углевод | ККал |       |                             |                   |
| <u>Завтрак</u>   |       |         |      |       |                             |                   |
| 2.46             | 0.3   | 23.25   | 104  | .045  | Бутерброд с повидлом        | 5-32              |
| 2.93             | 3.97  | 20.63   | 131  | .150  | Каша манная молочная вязкая | 21-18             |
| 0.58             | 0.36  | 9.08    | 42   | .160  | Напиток кофейный на молоке  | 10-16             |
| 6                | 5     | 53      | 277  |       |                             | 36-66             |
| <u>Обед</u>      |       |         |      |       |                             |                   |
| 5.5              | 3.99  | 13.72   | 113  | .150  | Суп картофельный с бобовыми | 21-33             |
| 3.5              | 7.09  | 23.15   | 171  | .180  | Гарнир сложный (вариант №1) | 20-47             |
| 11.62            | 12.92 | 7.23    | 191  | .070  | Мясо в кисло-сладком соусе  | 52-42             |
| 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              |
| 25               | 25    | 86      | 667  |       |                             | 103-17            |
| <u>Полдник</u>   |       |         |      |       |                             |                   |
| 0.07             | 0.01  | 1.12    | 4    | .100  | Сок                         | 7-02              |
| 7.89             | 11.2  | 31.28   | 261  | .070  | Творожники песочные         | 23-52             |
| 8                | 11    | 32      | 265  |       |                             | 30-54             |
| <u>Ужин</u>      |       |         |      |       |                             |                   |
| 4.62             | 5.63  | 10.91   | 113  | .180  | Суп из овощей с фасолью     | 22-95             |
| 0.4              | 0.09  | 16.29   | 68   | .160  | Чай с лимоном               | 3-81              |
| 3.2              | 0.4   | 18.4    | 90   | .040  | Хлеб пшеничный              | 2-80              |
| 8                | 6     | 46      | 271  |       |                             | 29-56             |

Руководитель  Юрьева Светлана Юрьевна  
 Медсестра  Нагибина О.Г.  
 Калькулятор  Кисаретова Л.М.  
 Повар  Бысова О.Н.

**Питание 3-7 лет пр.д/сад**

| Пищевая ценность |       |         |      | Выход | Наименование блюда                  | Стоимость питания |
|------------------|-------|---------|------|-------|-------------------------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры  | Углевод | ККал |       |                                     |                   |
| <b>Завтрак</b>   |       |         |      |       |                                     |                   |
| 2.45             | 3.92  | 13.87   | 100  | .035  | Бутерброд с маслом                  | 8-34              |
|                  |       |         |      |       | Омлет                               |                   |
| 7.9              | 10.15 | 6.15    | 121  | .080  | натуральный, запеченный             | 13-84             |
|                  |       |         |      |       | или сваренный на пару               |                   |
| 0.95             | 0.74  | 16.66   | 80   | .160  | Какао с молоком                     | 11-11             |
| 11               | 15    | 37      | 301  |       |                                     | 33-29             |
| <b>Обед</b>      |       |         |      |       |                                     |                   |
| 0.68             | 3.08  | 3.45    | 45   | .030  | Салат "Степной" из различных овощей | 5-03              |
| 6.05             | 5.29  | 11.06   | 116  | .150  | Борщ сибирский                      | 15-56             |
| 19.92            | 21.45 | 17.43   | 342  | .100  | Плов из птицы                       | 31-70             |
| 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              |
| 31               | 31    | 86      | 745  |       |                                     | 66-89             |
| <b>Полдник</b>   |       |         |      |       |                                     |                   |
| 0.32             | 0.08  | 12.04   | 49   | .160  | Чай с сахаром                       | 2-04              |
| 2.8              | 11.2  | 24.4    | 204  | .040  | Вафли                               | 12-84             |
| 3                | 11    | 36      | 253  |       |                                     | 14-88             |
| <b>Ужин</b>      |       |         |      |       |                                     |                   |
| 5.04             | 7.36  | 8.56    | 123  | .180  | Суп из овощей                       | 14-78             |
| 0.33             | 0.19  | 11.1    | 46   | .160  | Чай с молоком                       | 5-29              |
| 3.2              | 0.4   | 18.4    | 90   | .040  | Хлеб пшеничный                      | 2-80              |
| 9                | 8     | 38      | 259  |       |                                     | 22-87             |

Руководитель

Медсестра

Калькулятор

Повар

Юрьева Светлана Юрьевна

Насибина О.Г.

Кисаретова ЛМ

Басова ОН