

**Детский сад**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
200	<b>Каша молочная рисовая</b>	Калорийность-192,464, Белки-5,096, Жиры-7,12, Углеводы-27
200	<b>Напиток кофейный</b>	Калорийность-44,8, Белки-1,5, Жиры-1,2, Углеводы-7
30/10	<b>Бутерброд с маслом</b>	Калорийность-127,96, Белки-3,62, Жиры-5, Углеводы-16,58
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-365,224, Белки-10,216, Жиры-13,32, Углеводы-50,58
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
125/1шт т	<b>Биопродукт кисломолочный "Целебный" (абрикос-морковь)</b>	Калорийность-100,67, Белки-3,125, Жиры-3,13, Углеводы-13, ВитаминС-4
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность-100,67, Белки-3,125, Жиры-3,13, Углеводы-13, ВитаминС-4
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Суп из овощей</b>	Калорийность-146,6, Белки-5,817, Жиры-5,4, Углеводы-18,76, ВитаминС-7,6
70	<b>Котлеты рыбные любительские (треска)</b>	Калорийность-168,112, Белки-10,119, Жиры-8,76, Углеводы-13,989, ВитаминС-4,04
150	<b>Картофель отварной с маслом</b>	Калорийность-185,5, Белки-3,146, Жиры-7,942, Углеводы-28, ВитаминС-6,8
200	<b>Компот из сухофруктов</b>	Калорийность-57,6, Углеводы-14, ВитаминС-24,8
050	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-95, Белки-1,2, Углеводы-22
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-652,812, Белки-20,682, Жиры-22,332, Углеводы-96,749, ВитаминС-43,24
<b><u>Полдник</u></b>		
75	<b>Булочка дорожная</b>	Калорийность-223, Белки-4,045, Жиры-7,943, Углеводы-34,205
200	<b>Чай без сахара</b>	Калорийность-4, Углеводы-1
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-227, Белки-4,045, Жиры-7,943, Углеводы-
<b><u>Ужин</u></b>		
50/50	<b>Гуляш из отварного мяса</b>	Калорийность-164,358, Белки-11,192, Жиры-8,352, Углеводы-12,264, ВитаминС-2,76
130	<b>Каша перловая</b>	Калорийность-173,756, Белки-3,54, Жиры-4,693, Углеводы-27,2
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-56, Углеводы-12,802
025	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-60,18, Белки-1,2, Углеводы-13,2
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-454,294, Белки-15,932, Жиры-13,275, Углеводы-65,466, ВитаминС-2,76
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 800, Белки-54, Жиры-60, Углеводы-261, ВитаминС-50

Руководитель \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_