

**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 пшенично-кукурузная</b>	Калорийность-158,423, Белки-4,96, Жиры-4,84, Углеводы-23,62
200	<b>Напиток кофейный</b>	Калорийность-44,8, Белки-1,5, Жиры-1,2, Углеводы-7
30/10/10	<b>Бутерброд с маслом, сыром</b>	Калорийность-151,92, Белки-3,25, Жиры-5, Углеводы-18,58
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-355,143, Белки-9,71, Жиры-11,04, Углеводы-49,2
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
150	<b>Ряженка</b>	Калорийность-108,9, Белки-3,75, Жиры-3,75, Углеводы-12
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность-108,9, Белки-3,75, Жиры-3,75, Углеводы-
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Суп-лапша домашняя с курицей</b>	Калорийность-145,005, Белки-5,083, Жиры-6,48, Углеводы-13,84
70/30	<b>Колбаски куриные с сыром в соусе</b>	Калорийность-133,03, Белки-10, Жиры-7,91, Углеводы-6,51
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-140,6, Белки-3,15, Жиры-4, Углеводы-23,58, ВитаминС-3,05
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-88, Углеводы-22, ВитаминС-27,912
050	<b>Хлеб Дарницкий</b>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-609,635, Белки-20,254, Жиры-19,39, Углеводы-87,93, ВитаминС-31,152
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Вафли</b>	Калорийность-191,223, Белки-2,53, Жиры-5,02, Углеводы-31,49
200	<b>Чай с молоком</b>	Калорийность-60,1, Белки-1,4, Жиры-2,5, Углеводы-8
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-251,323, Белки-3,93, Жиры-7,52, Углеводы-39,49
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Суфле творожное</b>	Калорийность-300,105, Белки-13,045, Жиры-13,3, Углеводы-48,259, ВитаминС-2,011
040	<b>Молоко сгущенное</b>	Калорийность-129,304, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-16
200	<b>Чай без сахара</b>	Калорийность-4, Углеводы-1
100	<b>Мандарины свежие</b>	Калорийность-41,59, Углеводы-7,121, ВитаминС-16,837
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-474,999, Белки-16,356, Жиры-18,3, Углеводы-72,38, ВитаминС-18,848
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 800, Белки-54, Жиры-60, Углеводы-261, ВитаминС-50

Руководитель \_\_\_\_\_

Мед.работник \_\_\_\_\_