

(1,5-3 года 10,5 часов Теремок Гвардейское)

Выход (г)	Рецептура	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	-----------	--------------------	---

Завтрак

140	101	Суп молочный с крупой молоко 2,5%, пшено, сахар-песок, масло сливочное	Калорийно-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17
35	1	Бутерброды с маслом хлеб пшеничный, масло сливочное	Калорийно-164, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-15
150	412	Чай с лимоном сахар-песок, лимоны, чай	Калорийно-31, Углеводы-8

Итого за Завтрак Калорийно-341, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-40

2-ой завтрак

150	418	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийно-146, Белки-1, Углеводы-35
-----	-----	--	-------------------------------------

Итого за 2-ой завтрак Калорийно-146, Белки-1, Углеводы-35

Обед

150	90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками картофель, филе рыбное (мороженое), лук репчатый, соль, морковь, яйца куриные в скорлупе свежие, масло растительное, томат-пюре, лавровый лист	Калорийно-121, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-17
110	339	Пюре картофельное картофель, молоко 2,5%, масло сливочное	Калорийно-87, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13
40	70	Овощи натур сол помидоры	Калорийно-8, Углеводы-2
15	0,1	Хлеб пшеничный	Калорийно-37, Белки-1, Углеводы-7
30	0,1	Хлеб ржаной	Калорийно-73, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14
150	394	Компот из сушеных фруктов сухофрукты (смесь), сахар-песок	Калорийно-85, Углеводы-21
55		Оладьи из печени печень говяжья, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло сливочное, масло растительное, яйца куриные в скорлупе свежие, сухари панировочные	Калорийно-64, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-4

Итого за Обед Калорийно-475, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-78

Полдник

80	229	Омлет натуральный 1-3 года	Калорийно-226, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-2
		яйца куриные в скорлупе свежие, молоко 2,5%, масло сливочное	
30	0,1	Хлеб пшеничный	Калорийно-73, Белки-2, Углеводы-15
40	57	Икра кабачковая	Калорийно-92, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9
150	412	Чай с лимоном	Калорийно-31, Углеводы-8
		сахар-песок, лимоны, чай	

Итого за Полдник Калорийно-422, Белки-15, Жиры-24, Углеводы-34

Итого за день Калорийно-1 384, Белки-53, Жиры-54, Углеводы-187

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923351

Владелец Краско Оксана Ивановна

Действителен С 02.02.2024 по 01.02.2025