

(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) |
|------------------------------|-----------|--|--|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 140 | 101 | Суп молочный с крупой <i>молоко 2,5%, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное</i> | Калорийно-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17 |
| 45 | 3 | Бутерброды с сыром 1-3 года <i>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное</i> | Калорийно-187, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-20 |
| 150 | 412 | Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимоны, чай</i> | Калорийно-31, Углеводы-8 |
| Итого за Завтрак | | | Калорийно-364, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-45 |
| <u>2-ой завтрак</u> | | | |
| 80 | 386 | Фрукты и ягоды свежие | Калорийно-216, Белки-2, Углеводы-50 |
| Итого за 2-ой завтрак | | | Калорийно-216, Белки-2, Углеводы-50 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 150 | 93 | Суп фасолевый <i>картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, лавровый лист</i> | Калорийно-177, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-32 |
| 110 | 0,01 | Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное</i> | Калорийно-191, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36 |
| 60 | 293 | Гуляш из отварного мяса 1-3 года <i>филе куриное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная, томат-пюре</i> | Калорийно-62, Калорийность-83, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-1 |
| 80 | 21 | Салат из белокочанной капусты и яблок <i>капуста белокочанная, морковь, сахар-песок, масло растительное</i> | Калорийно-141, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-14 |
| 20 | 0,1 | Хлеб пшеничный | Калорийно-49, Белки-1, Углеводы-10 |
| 30 | 0,1 | Хлеб ржаной | Калорийно-73, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14 |
| 150 | 394 | Компот из сушеных фруктов <i>сухофрукты (смесь), сахар-песок</i> | Калорийно-85, Углеводы-21 |
| Итого за Обед | | | Калорийно-778, Калорийность-83, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-128 |

Полдник

| | | | |
|---|------------|--|---|
| 130 | 223 | Запеканка из творога 70 | Калорийно-708, Белки-49, Жиры-34, Углеводы-55 |
| <i>творог 9% жирности, сахар-песок, крупа манная, сухари панировочные, яйца куриные в скорлупе свежие, масло сливочное, сметана</i> | | | |
| 30 | 369 | Соус молочный (сладкий) | Калорийно-1, Жиры-1, Углеводы-2 |
| <i>молоко 2,5%, сахар-песок, масло сливочное, мука пшеничная</i> | | | |
| 150 | 414 | Кофейный напиток с молоком 1-3 года | Калорийно-85, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13 |
| <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток растворимый</i> | | | |

Итого за Полдник Калорийно-794, Белки-52, Жиры-38, Углеводы-70

Итого за день Калорийно-2 152, Калорийность-83, Белки-91,
Жиры-71, Углеводы-293

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923351

Владелец Краско Оксана Ивановна

Действителен с 02.02.2024 по 01.02.2025