

**(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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
140	101	<b>Суп молочный с крупой</b> <i>молоко 2,5%, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное</i>	Калорийно-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17
35	1	<b>Бутерброды с маслом</b> <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Калорийно-164, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-15
150	412	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар-песок, лимоны, чай</i>	Калорийно-31, Углеводы-8
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийно-341, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-40
<b><u>2-ой завтрак</u></b>			
80	386	<b>Флоды и ягоды свежие</b>	Калорийно-216, Белки-2, Углеводы-50
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>			Калорийно-216, Белки-2, Углеводы-50
<b><u>Обед</u></b>			
150	93	<b>Суп фасолевый</b> <i>картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, лавровый лист</i>	Калорийно-177, Белки-10, Жиры-1, Углеводы-32
110	0,01	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	Калорийно-191, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36
60	293	<b>Гуляш из отварного мяса 1-3 года</b> <i>филе куриное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная, томат-пюре</i>	Калорийно-62, Калорийность-83, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-1
40	70	<b>Овощи натур сол помидоры</b>	Калорийно-8, Углеводы-2
20	0,1	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийно-49, Белки-1, Углеводы-10
30	0,1	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийно-73, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14
150	394	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>сухофрукты (смесь), сахар-песок</i>	Калорийно-85, Углеводы-21
<b>Итого за Обед</b>			Калорийно-645, Калорийность-83, Белки-23, Жиры-11, Углеводы-116

**Полдник**

<b>130</b>	<b>223</b>	<b>Запеканка из творога 70</b>	Калорийно-708, Белки-49, Жиры-34, Углеводы-55
<i>творог 9% жирности, сахар-песок, сметана, крупа манная, сухари панировочные, яйца куриные в скорлупе свежие, масло сливочное</i>			
<b>30</b>	<b>369</b>	<b>Соус молочный (сладкий)</b>	Калорийно-1, Жиры-1, Углеводы-2
<i>молоко 2,5%, сахар-песок, масло сливочное, мука пшеничная</i>			
<b>150</b>	<b>414</b>	<b>Кофейный напиток с молоком 1-3 года</b>	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-1 996, Калорийность-83, Белки-93,  
Жиры-61, Углеводы-276

---

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923351

Владелец Краско Оксана Ивановна

Действителен с 02.02.2024 по 01.02.2025