

**(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%, пишено, 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>			
150	420	<b>Кефир, простокваша, ряженка, айран</b>	Калорийно-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-9
<b>Итого за 2-ой завтрак</b>			Калорийно-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-9
<b><u>Обед</u></b>			
150	87	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> <i>картофель, горох илифованный, морковь, лук репчатый, соль, масло растительное, лавровый лист</i>	Калорийно-71, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-8
180	292	<b>Жаркое по-домашнему 1-3 года</b> <i>картофель, филе куриное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат-пюре</i>	Калорийно-185, Белки-19, Жиры-5, Углеводы-15
40	70	<b>Овощи натур сол помидоры</b>	Калорийно-8, Углеводы-2
15	0,1	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийно-37, Белки-1, Углеводы-7
30	0,1	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийно-73, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-14
150	400	<b>Кисель из сока натурального</b> <i>сок фруктовый, сахар-песок, крахмал картофельный</i>	Калорийно-177, Углеводы-43
<b>Итого за Обед</b>			Калорийно-551, Белки-26, Жиры-9, Углеводы-89

**Полдник**

**80 229 Омлет натуральный 1-3 года**

*яйца куриные в скорлупе свежие, молоко 2,5%, масло сливочное*

Калорийно-226, Белки-11, Жиры-19, Углеводы-2

**30 57 Икра кабачковая**

Калорийно-69, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7

**30 0,1 Хлеб пшеничный**

Калорийно-73, Белки-2, Углеводы-15

**50 9 Печенье**

Калорийно-187, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-34

**150 414 Кофейный напиток с молоком 1-3 года**

*молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток растворимый*

Калорийно-85, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13

---

**Итого за Полдник** Калорийно-640, Белки-20, Жиры-30, Углеводы-71

---

**Итого за день** Калорийно-1 665, Белки-69, Жиры-58, Углеводы-209

---

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923351

Владелец Краско Оксана Ивановна

Действителен с 02.02.2024 по 01.02.2025