

(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	99	Суп молочный манный <i>молоко 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар-песок</i>	Калорийно-165, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-21
50	2	Бутерброды с джемом или повидлом <i>хлеб пшеничный, повидло</i>	Калорийно-223, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-39
150	412	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимоны, чай</i>	Калорийно-31, Углеводы-8
Итого за Завтрак			Калорийно-419, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-68
<u>2-ой завтрак</u>			
150	418	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийно-146, Белки-1, Углеводы-35
Итого за 2-ой завтрак			Калорийно-146, Белки-1, Углеводы-35
<u>Обед</u>			
150		Суп картофельный крестьянский <i>картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, пшено, сметана, масло растительное, масло сливочное</i>	Калорийно-76, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9
110	0,19	Каша пшеничная рассыпчатая <i>молоко, крупа пшеничная, соль</i>	Калорийно-191, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36
80	261	Рыба, тушенная с овощами <i>филе рыбное (мороженое), морковь, лук репчатый, масло сливочное, томат-пюре</i>	
40	17	Салат из капусты белокочанной, огурцов и сладкого перца <i>капуста белокочанная, огурцы свежие, перец сладкий., масло растительное</i>	
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	417	Напиток из плодов шиповника 1-3 года <i>шиповник сухой, сахар-песок</i>	Калорийно-79, Белки-1, Углеводы-19
Итого за Обед			Калорийно-456, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-85

Полдник

80 443 Крендель сахарный

Калорийно-381, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-57

мука пшеничная, сахар-песок, масло сливочное, яйца куриные в скорлупе свежие, дрожжи сухие, масло растительное, соль

110 Плов фруктовый

Калорийно-133, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22

рис, яблоки , сахар-песок, масло сливочное

150 414 Кофейный напиток с молоком 1-3 года

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

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

Итого за Полдник Калорийно-599, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-92

Итого за день Калорийно-1 620, Белки-35, Жиры-40, Углеводы-280

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923351

Владелец Краско Оксана Ивановна

Действителен с 02.02.2024 по 01.02.2025