

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

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

**Завтрак**

**140 101 Суп молочный с крупой** Калорийно-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17

*молоко 2,5%, крупа пшеничная "артек", сахар-песок, масло сливочное*

**35 1 Бутерброды с маслом** Калорийно-164, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-15

*хлеб пшеничный, масло сливочное*

**150 412 Чай с лимоном** Калорийно-31, Углеводы-8

*сахар-песок, лимоны, чай*

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

**2-ой завтрак**

**150 420 Кефир, простокваша, ряженка, айран** Калорийно-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-9

**Итого за 2-ой завтрак** Калорийно-133, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-9

**Обед**

**150 82 Рассольник ленинградский** Калорийно-130, Белки-17, Жиры-5, Жиры-5, Углеводы-18

*картофель, огурцы соленые, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, лавровый лист, сметана*

**130 148 Рагу из овощей (1-3) с соусом томатным - Соус томатный**

*картофель, кабачки, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сливочное, томат-пюре, масло растительное, мука пшеничная, сахар-песок*

**65 299 Котлеты, биточки, шницели рубленые 1-3 года**

*говядина (котлетное мясо), молоко 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло сливочное, яйца куриные в скорлупе свежие*

**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

**150 400 Кисель из сока натурального** Калорийно-177, Углеводы-43

*сок фруктовый, сахар-песок, крахмал картофельный*

**Итого за Обед** Калорийно-425, Белки-21, Жиры-6, Жиры-5, Углеводы-84

**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

57

**Икра кабачковая**

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

50

455

**Булочка школьная**

*мука пшеничная 1 с, сахар-песок, маргарин, соль, дрожжи прессованные, масло растительное*

50

9

**Печенье**

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

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-567, Белки-18, Жиры-30, Углеводы-56

**Итого за день**

Калорийно-1 466, Белки-62, Жиры-55, Жиры-5, Углеводы-189

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923351

Владелец Краско Оксана Ивановна

Действителен с 02.02.2024 по 01.02.2025