

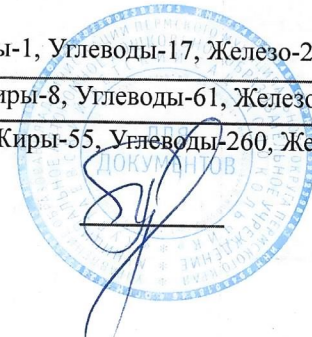
**Д/сад Колокольчик (1) (Култаево)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
180	<i>Каша пшениная молочная_жидкая</i>	Калор-180, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, Железо-1
180	<i>Какао с-молоком</i>	Калор-85, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Железо-1
10	<i>Сыр твердый (порциями.)</i>	Калор-34, Белки-3, Жиры-3
30	<i>Батон нарезной</i>	Калор-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
<b>Итого за Завтрак</b>		Калор-377, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-54, Железо-2
<u><b>Завтрак 2</b></u>		
150	<i>Сок. фруктовый</i>	Калор-69, Белки-1, Углеводы-15, Железо-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калор-69, Белки-1, Углеводы-15, Железо-2
<u><b>Обед</b></u>		
50	<i>Икра кабачковая</i>	Калор-60, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
200/10	<i>Суп из овощей с фасолью со сметаной.</i>	Калор-109, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-13, Железо-1
70	<i>Шницель рубленый-</i>	Калор-160, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-11, Железо-1
130	<i>Каша гречневая- рассыпчатая</i>	Калор-150, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Железо-3
180	<i>Компот из смеси сухофруктов.</i>	Калор-76, Белки-1, Углеводы-18, Железо-1
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20
<b>Итого за Обед</b>		Калор-648, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-74, Железо-6
<u><b>Полдник</b></u>		
50	<i>Кондитерское изделие_</i>	Калор-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38
200	<i>Молоко кипяченое.</i>	Калор-106, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10
<b>Итого за Полдник</b>		Калор-289, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-47, Железо-1
<u><b>Ужин</b></u>		
150	<i>Омлет натуральный.</i>	Калор-196, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-3, Железо-2
60	<i>Салат из моркови-</i>	Калор-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5
200	<i>Чай с лимоном</i>	Калор-61, Углеводы-15
50	<i>Хлеб ржаной</i>	Калор-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Железо-2
<b>Итого за Ужин</b>		Калор-423, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-41, Железо-5
<b>Итого за день</b>		Калор-1 807, Белки-63, Жиры-64, Углеводы-230, Железо-16



**Д/сад Колокольчик (1) (Култаево)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
180	<i>Каша манная молочная_жидкая</i>	Калор-194, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28
15	<i>Повидло-</i>	Калор-39, Углеводы-10
30	<i>Батон нарезной</i>	Калор-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
180	<i>Чай с молоком_</i>	Калор-58, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10, Железо-1
<b>Итого за Завтрак</b>		Калор-369, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-63, Железо-2
<u><b>Завтрак 2</b></u>		
150	<i>Сок фруктовый-</i>	Калор-65, Белки-1, Углеводы-15, Железо-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калор-65, Белки-1, Углеводы-15, Железо-2
<u><b>Обед</b></u>		
50	<i>Огурцы соленые</i>	Калор-7, Углеводы-1
200	<i>Суп картофельный с бобовыми</i>	Калор-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, Железо-1
80	<i>Рыба, запеченная в омлете_</i>	Калор-118, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-3, Железо-1
150	<i>Картофель жареный из отварного-</i>	Калор-180, Белки-3, Жиры-13, Углеводы-12, Железо-1
180	<i>Компот из яблок с лимоном.</i>	Калор-93, Углеводы-23, Железо-1
20	<i>Хлеб -ржаной</i>	Калор-35, Белки-1, Углеводы-7, Железо-1
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20
<b>Итого за Обед</b>		Калор-612, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-76, Железо-5
<u><b>Полдник</b></u>		
50	<i>Кондитерское изделие-</i>	Калор-231, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-34, Железо-1
200	<i>Молоко кипяченое.</i>	Калор-106, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10
<b>Итого за Полдник</b>		Калор-337, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-44, Железо-2
<u><b>Ужин</b></u>		
80	<i>Печень, тушенная в соусе сметанном</i>	Калор-125, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-5, Железо-4
130	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калор-126, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Железо-1
200	<i>Чай с сахаром.</i>	Калор-60, Углеводы-15
50	<i>Хлеб ржаной_</i>	Калор-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Железо-2
<b>Итого за Ужин</b>		Калор-397, Белки-19, Жиры-8, Углеводы-61, Железо-7
<b>Итого за день</b>		Калор-1 780, Белки-61, Жиры-55, Углеводы-260, Железо-18



**Д/сад Колокольчик (1) (Култаево)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак**

180	<b>Каша ячневая вязкая</b>	Калор-204, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-30, Железо-1
10	<b>Сыр твердый (порциями.)</b>	Калор-34, Белки-3, Жиры-3
30	<b>Батон нарезной</b>	Калор-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15
180	<b>Кофейный напиток с молоком-</b>	Калор-79, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12

**Итого за Завтрак** Калор-396, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-58, Железо-1

**Завтрак 2**

**1шт** **Фрукты свежие.**

**Итого за Завтрак 2**

**Обед**

60	<b>Салат из белокочанной капусты с яблоками</b>	Калор-51, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4, Железо-1
200	<b>Суп картофельный с клецками-</b>	Калор-84, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, Железо-1
70	<b>Котлеты Школьные</b>	Калор-147, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-9, Железо-2
150	<b>Пюре из гороха с маслом</b>	Калор-214, Белки-16, Жиры-4, Углеводы-29, Железо-5
180	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калор-41, Углеводы-10
20	<b>Хлеб -ржаной</b>	Калор-35, Белки-1, Углеводы-7, Железо-1
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20

**Итого за Обед** Калор-666, Белки-34, Жиры-19, Углеводы-90, Железо-10

**Полдник**

60	<b>Сдоба обыкновенная</b>	Калор-149, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-29, Железо-1
200	<b>Кисломолочный напиток-</b>	Калор-101, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-8

**Итого за Полдник** Калор-250, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-37, Железо-1

**Ужин**

150	<b>Рис с овощами</b>	Калор-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31
50	<b>Икра кабачковая</b>	Калор-60, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
200	<b>Кисель плодово-ягодный</b>	Калор-122, Белки-1, Углеводы-29
50	<b>Хлеб ржаной</b>	Калор-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Железо-2

**Итого за Ужин** Калор-447, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-81, Железо-3

**Итого за день** Калор-1 758, Белки-68, Жиры-47, Углеводы-265, Железо-15



**Д/сад Колокольчик (1) (Култаево)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
180	<i>Каша пшеничная молочная_жидкая</i>	Калор-163, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-23, Железо-1
180	<i>Какао с-молоком</i>	Калор-85, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Железо-1
20	<i>Бутерброд с маслом.</i>	Калор-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7
20	<i>Батон нарезной.</i>	Калор-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10
<b>Итого за Завтрак</b>		Калор-368, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-53, Железо-2
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
150	<i>Сок фруктовый-</i>	Калор-65, Белки-1, Углеводы-15, Железо-2
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калор-65, Белки-1, Углеводы-15, Железо-2
<b><u>Обед</u></b>		
60	<i>Салат из свеклы отварной-</i>	Калор-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Железо-1
200/10	<i>Суп Крестьянский со сметаной</i>	Калор-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, Железо-1
70	<i>Биточки из птицы</i>	Калор-128, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-6, Железо-1
150	<i>Пюре картофельное</i>	Калор-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Железо-1
180	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калор-99, Углеводы-24, Железо-1
20	<i>Хлеб -ржаной</i>	Калор-35, Белки-1, Углеводы-7, Железо-1
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калор-94, Белки-3, Углеводы-20
<b>Итого за Обед</b>		Калор-604, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-80, Железо-6
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<i>Кондитерское изделие</i>	Калор-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Железо-1
200	<i>Молоко кипяченое.</i>	Калор-106, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-10
<b>Итого за Полдник</b>		Калор-315, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-47, Железо-1
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<i>Пудинг из моркови и яблок.</i>	Калор-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-18, Железо-3
30	<i>Молоко сгущенное</i>	Калор-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17
200	<i>Напиток из шиповника</i>	Калор-97, Белки-1, Углеводы-23, Железо-2
50	<i>Хлеб ржаной_</i>	Калор-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17, Железо-2
<b>Итого за Ужин</b>		Калор-426, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-74, Железо-6
<b>Итого за день</b>		Калор-1 777, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-269, Железо-18



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 527227426247742686294735902159890388589213147334

Владелец Курочкина Ольга Юрьевна

Действителен с 17.09.2025 по 17.09.2026