

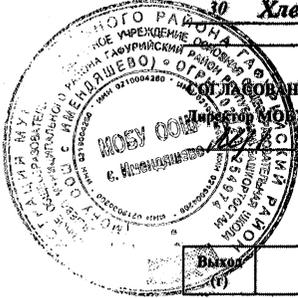


УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Золотой аурай»
Урманшина И.И.



ММС младшие

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
40	Салат стеной <i>картофель, морковь, огурцы соевые, лук репчатый, горошек зам. конг., масло растительное, сахар</i>	Калорийность-32, Жиры-2, Углеводы-5
80	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>филе рыбы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-83, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-4
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-75
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-37, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийность-422, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-110
Итого за день		Калорийность-422, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-110



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Золотой аурай»
Урманшина И.И.



Родительская плата

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
40	Салат стеной <i>картофель, морковь, огурцы соевые, лук репчатый, горошек зам. конг., масло растительное, сахар</i>	Калорийность-32, Жиры-2, Углеводы-5
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-75
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-37, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
60	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>филе рыбы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-65, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-3
Итого за Завтрак		Калорийность-404, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-109
Итого за день		Калорийность-404, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-109



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Золотой курай"
 Урманшина Г. И.



ОВЗ старшие

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
80	Рыба, тушеная в томате с овощами <i>филе рыбы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-83, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-4
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-37, Углеводы-10
50	Салат степной <i>картофель, морковь, огурцы соевые, лук репчатый, орешек экз. конц., масло растительное, сахар</i>	
185	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	Калорийность-247, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-92
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
Итого за Завтрак		Калорийность-449, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-124
Обед		
203	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар, лимон свежий, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-39, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной	Калорийность-1
50	огурцы соленые порциями	Калорийность-18, Белки-1, Углеводы-3
250	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной <i>капуста белокочанная свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, сметана</i>	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20
230	Жаркое по-домашнему с мясом птицы <i>картофель, филе птицы (полуфабрикат), лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-219, Белки-17, Жиры-9, Углеводы-12
Итого за Обед		Калорийность-444, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-61
Итого за день		Калорийность-893, Белки-41, Жиры-24, Углеводы-185



Согласовано
 Директор ИОБУ *О.В. Свиргунов*
М.В. Мухоморов

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
 Урманшинов С.И.



ОВЗ младшие

Выход (г)	Наименование блюда	энт. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
40	Салат стеной <i>картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зел. консерв., масло растительное, сахар</i>	Калорийность-32, Жиры-2, Углеводы-5
80	Рыба (филе), тушеная в <i>филе рыбы, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-83, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-4
150	Макаронные изделия <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-75
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-37, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийность-422, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-110
Обед		
30	огурцы соленые порциями	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2
220	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной <i>капуста белокочанная свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, сметана</i>	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18
180	Жаркое по-домашнему с мясом птицы <i>картофель, филе птицы (полуфабрикат), лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-188, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-10
205	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар, лимон свежий, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-39, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-397, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-56
Итого за день		Калорийность-819, Белки-36, Жиры-24, Углеводы-166



Иванов
Иванов

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО
Урманшина



Детский сад

Выход (г)	Наименование блюда	зи. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
5	Масло сливочное порционное	Калорийность-37, Жиры-4
185	Каша манная молочная <small>молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-182, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-46
180	Чай с молоком и сахаром <small>молоко, сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
Итого за Завтрак		Калорийность-349, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-73
II завтрак		
150	Сок фруктовый	Калорийность-138, Углеводы-69
Итого за II завтрак		Калорийность-138, Углеводы-69
Итого за день		Калорийность-410, Белки-22, Жиры-30, Углеводы-267
Обед		
40	Салат степной	Калорийность-32, Жиры-2, Углеводы-5
180	Суп крестьянский с крупой пшеничной <small>картофель, морковь, лук репчатый, горошек зал. конц., масло растительное, сахар</small>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-18
50	Филе курицы тушеное с овощами <small>филе птицы (тахуфабрикат), морковь, лук репчатый, масло растительное</small>	Калорийность-35, Жиры-3, Углеводы-3
125	Каша гречневая <small>крупа гречневая, масло сливочное</small>	Калорийность-173, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-25
180	Компот из сухофруктов <small>овощь сухофруктов, сахар, кислота лимонная</small>	Калорийность-67, Углеводы-18
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-431, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-82
Полдник		
150	суп молочный с вермишелью <small>молоко, макаронные изделия, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-106, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23
150	Чай с сахаром <small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	Калорийность-28, Углеводы-7
23	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
Итого за Полдник		Калорийность-192, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-43