

**меню (3-7 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
180	<b>Каша Рисовая молочная</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-165, Б-5, Ж-7, Угл-21, С-1	15-51
20	<b>Повидло фруктовое</b>	ККАЛ-49, Угл-13	3-45
180	<b>Кофейный напиток шоколадный</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	8-32
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-47
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>30-75</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток цитрусовый</b> <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-2	4-98
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>4-98</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Икра кабачков</b> <small>кабачки св/мор, морковь св, масло растительное, лук репка, лимон свежий, томат-паста, сахар-песок, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-59, Ж-5, Угл-3, С-3	12-09
180	<b>Свекольник с морской капустой</b> <small>свекла св, картофель св, капуста морская св/мор, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок св, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-78, Б-1, Ж-4, Угл-8, С-3	7-56
70	<b>Котлеты Летние из говядины</b> <small>говядина односортовая для руб, изделий, свинина мясная п/ф, лук репка, гречка ядрица, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-185, Б-9, Ж-13, Угл-8	25-64
130	<b>Пюре картофельное мягкое</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, Угл-16, С-8	11-25
180	<b>Компот из вишни св/мор</b> <small>вишня б/к св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-35, Угл-8	5-68
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-56
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-95
<b>Итого за Обед</b>			<b>66-73</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
42	<b>Пряники</b>	ККАЛ-145, Б-3, Ж-2, Угл-33	7-58
180	<b>Кисель из брусники</b> <small>брусника св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-47, Угл-12, С-1	9-22
30	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5, С-1	9-04
<b>Итого за Полдник</b>			<b>25-84</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
70	<b>Гуляш из рыбы</b> <small>горбуша с/г п/ф, сметана 15%, лук репка, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-83, Б-7, Ж-5, Угл-2	32-24
110	<b>Гарнир каша пшеничная рассыпчатая</b> <small>пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-156, Б-5, Ж-3, Угл-27	6-02
70	<b>Котлеты или биточки с мясом "Особые"(диета)</b> <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб, изделий, хлеб белый, сухари паниров., яйцо стоговое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-191, Б-10, Ж-12, Угл-11	26-49
100	<b>Картофель отварной с зеленью(диета)</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-85, Б-2, Ж-2, Угл-15, С-8	6-71
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-83
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-71
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-96
<b>Итого за Ужин</b>			<b>75-96</b>
<b>Итого за день</b>			<b>153-26</b>

## меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<b>Каша Рисовая молочная</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-4, Ж-5, Угл-18, С-1	<b>12-90</b>
20	<b>Повидло фруктовое</b>	ККАЛ-49, Угл-13	<b>3-46</b>
180	<b>Кофейный напиток шоколадный</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	<b>8-14</b>
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	<b>2-90</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>27-40</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток цитрусовый</b> <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-2	<b>4-94</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>4-94</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Икра кабачков</b> <small>кабачки св/мор, морковь св, масло растительное, лук репка, лимон свежий, томат-паста, сахар-песок, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-35, Ж-3, Угл-2, С-2	<b>7-29</b>
150	<b>Свекольник с морской капустой</b> <small>свекла св, картофель св, капуста морская св/мор, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, чеснок св, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-65, Б-1, Ж-4, Угл-7, С-3	<b>6-41</b>
50	<b>Котлеты Летние из говядины</b> <small>говядина односортовая для руб, издезий, свинина мясная п/ф, лук репка, гречка ядрица, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-7, Ж-9, Угл-6	<b>18-31</b>
110	<b>Пюре картофельное мягкое</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-99, Б-2, Ж-4, Угл-14, С-7	<b>9-45</b>
150	<b>Компот из вишни св/мор</b> <small>вишня б/к св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-29, Угл-7	<b>4-74</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-71</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-56</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>49-47</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
42	<b>Пряники</b>	ККАЛ-145, Б-3, Ж-2, Угл-33	<b>7-57</b>
150	<b>Кисель из брусники</b> <small>брусника св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-40, Угл-10, С-1	<b>7-61</b>
20	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-13, Угл-3	<b>6-02</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>21-20</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
60	<b>Гуляш из рыбы</b> <small>горбуша с/г п/р, сметана 15%, лук репка, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-71, Б-6, Ж-4, Угл-2	<b>27-62</b>
100	<b>Гарнир каша пшеничная рассыпчатая</b> <small>пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-3, Угл-24	<b>5-46</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	<b>0-71</b>
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	<b>1-28</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-56</b>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>36-63</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-64</b>

И.о. заведующей

о \_\_\_\_\_