

меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	Каша Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-144, Б-5, Ж-5, Угл-19, С-1	11-77
180	Каша Манная (диета, без молока) <small>манка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-90, Б-2, Ж-2, Угл-15	3-77
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	5-00
180	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	8-75
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	1-00
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-25
Итого за Завтрак			33-54
<u>Обед</u>			
50	Кукуруза порциями отварная	ККАЛ-32, Б-1, Ж-1, Угл-6, С-1	15-69
180	Суп рыбный (консервы) <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь св, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, лавровый лист</small>	ККАЛ-131, Б-4, Ж-8, Угл-11, С-5	14-54
70	Котлеты или биточки с мясом "Особые" <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-191, Б-10, Ж-12, Угл-11	27-40
130	Макаронные изделия отварные с маслом <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-171, Б-5, Ж-3, Угл-31	6-37
50	Соус Томат <small>помид-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-55
180	Компот из смородины красной <small>смородина красная св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-41, Угл-10, С-5	5-92
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-47
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-91
Итого за Обед			75-85
<u>Полдник</u>			
32	Печенье	ККАЛ-130, Б-2, Ж-3, Угл-23	5-41
180	Сок фруктовый	ККАЛ-83, Б-1, Угл-18, С-4	13-20
42	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-28, Угл-6, С-1	12-65
Итого за Полдник			31-26
<u>Ужин</u>			
190	Каша гречневая новгородская с птицей <small>гречка ядрица, кури-бройлера (цыпленок), масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-232, Б-12, Ж-11, Угл-22	16-07
190	Каша с мясом деревенская гречневая(диета) <small>свинина п/ф, гречка ядрица, морковь св, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-237, Б-13, Ж-11, Угл-22	24-06
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7, С-1	2-12
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-65
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-92
Итого за Ужин			45-82
Итого за день			153-47

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
149	Каша Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16	10-10
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-62
180	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	8-96
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-71
Итого за Завтрак			26-39
<u>Обед</u>			
30	Кукуруза порциями отварная	ККАЛ-19, Б-1, Угл-3, С-1	9-41
150	Суп рыбный (консервы) <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь св, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, лавровый лист</small>	ККАЛ-109, Б-4, Ж-7, Угл-9, С-4	12-22
50	Котлеты или биточки с мясом "Особые" <small>свинина мясная п/ф, говядина односортная для руб. изделий, хлеб белый, сухари панирова, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-7, Ж-9, Угл-8	20-05
110	Макаронные изделия отварные с маслом <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-23
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-55
150	Компот из смородины красной <small>смородина красная св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-34, Угл-9, С-4	4-94
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-65
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Обед			56-58
<u>Полдник</u>			
22	Печенье	ККАЛ-90, Б-2, Ж-2, Угл-16	3-64
150	Сок фруктовый	ККАЛ-69, Б-1, Угл-15, С-3	11-08
32	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-22, Угл-5, С-1	9-49
Итого за Полдник			24-21
<u>Ужин</u>			
160	Каша гречневая новгородская с птицей <small>гречка ядрица, кури-бройлеры (цыпленок), масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-195, Б-10, Ж-9, Угл-19	13-43
180	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-1	1-99
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-24
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Ужин			18-19
Итого за день			126-37

Заведующий
МБДОУ _____