

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 Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-169, Б-5, Ж-6, Угл-22, С-1	11-79
180	Каша рисовая (диета, без молока) <small>рис, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-112, Б-2, Ж-3, Угл-20	6-50
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-33
180	Чай с молоком сгущенным <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</small>	ККАЛ-80, Б-2, Ж-2, Угл-14	7-44
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-75
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-67
Итого за Завтрак			36-48
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток цитрусовый <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-2	3-86
Итого за Завтрак 2			3-86
<u>Обед</u>			
50	Салат Розовые щечки <small>свекла св, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-39, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-1	3-10
180	Суп крестьянский со сметаной <small>картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, пшено шлифованное, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-80, Б-2, Ж-4, Угл-9, С-7	5-59
80	Пудинг из говядины <small>свирина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-241, Б-12, Ж-17, Угл-12	34-42
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	5-36
50	Соус Томат <small>помид-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-60
180	Компот из свежих фруктов <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-36, Угл-9, С-1	6-83
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-51
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-98
Итого за Обед			61-39
<u>Полдник</u>			
50	Пирожок с картофелем <small>мука в/с, картофель св, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, дрожжи сух</small>	ККАЛ-123, Б-4, Ж-3, Угл-21, С-2	4-34
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, Угл-20, С-4	21-81
Итого за Полдник			26-15
<u>Ужин</u>			
50	Груша запеченная (дольки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-44, Ж-1, Угл-2, С-3	29-14
70	Биточки рыбные <small>горбуша с/г н/р, хлеб белый, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-131, Б-12, Ж-5, Угл-8	42-95
71	Котлеты или биточки с мясом "Особые"(диета) <small>свирина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-194, Б-11, Ж-12, Угл-11	26-67
120	Гарнир каша пшеничная рассыпчатая <small>пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-170, Б-5, Ж-4, Угл-29	5-57
200	Чай с шиповником <small>шиповник сухой, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-28, Угл-6, С-25	2-66
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-66
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-98
Итого за Ужин			110-63
Итого за день			153-51

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>			
150	Каша Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-4, Ж-5, Угл-18, С-1	9-93
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-33
150	Чай с молоком сгущенным <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</small>	ККАЛ-67, Б-2, Ж-2, Угл-11	6-18
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	3-06
Итого за Завтрак			25-50
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток цитрусовый <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-2	3-86
Итого за Завтрак 2			3-86
<u>Обед</u>			
30	Салат Розовые щечки <small>свекла св, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-24, Ж-1, Угл-2, С-1	1-86
150	Суп крестьянский со сметаной <small>картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, пшено шлифованное, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-66, Б-1, Ж-3, Угл-8, С-6	4-98
60	Пудинг из говядины <small>свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-181, Б-9, Ж-13, Угл-9	25-39
100	Макаронные изделия отварные с маслом <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-4, Ж-2, Угл-24	4-17
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-74
150	Компот из свежих фруктов <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-30, Угл-7, С-1	5-65
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-66
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-58
Итого за Обед			47-03
<u>Полдник</u>			
50	Пирожок с картофелем <small>мука в/с, картофель св, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, дрожжи сух</small>	ККАЛ-123, Б-4, Ж-3, Угл-21, С-2	5-01
150	Сок фруктовый	ККАЛ-69, Б-1, Угл-15, С-3	16-36
Итого за Полдник			21-37
<u>Ужин</u>			
30	Груша запеченная (дольки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-27, Ж-1, Угл-1, С-2	17-52
50	Биточки рыбные <small>горбуша с/з н/р, хлеб белый, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-94, Б-9, Ж-4, Угл-6	30-76
110	Гарнир каша пшеничная рассыпчатая <small>пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-156, Б-5, Ж-3, Угл-27	5-11
180	Чай с шиповником <small>шиповник сухой, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-25, Угл-6, С-22	2-54
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-24
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-58
Итого за Ужин			58-75
Итого за день			126-51