

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	Суп молочный вермишелевый <small>макаронные изделия в/с, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-123, Б-5, Ж-4, Угл-16, С-1	10-11
180	Каша Ячневая или Пшеничная молочная <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-168, Б-6, Ж-7, Угл-21, С-1	14-48
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	5-00
180	Чай с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	6-01
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-73
28	Батон белый	ККАЛ-73, Б-2, Ж-1, Угл-14	3-25
Итого за Завтрак			39-58
<u>Обед</u>			
180	Похлебка бобовая <small>картофель св, горох сухой, морковь св, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), заварной лист</small>	ККАЛ-128, Б-5, Ж-5, Угл-15, С-3	4-13
70	Котлеты сельские с мясом <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-194, Б-12, Ж-16, Угл-2	35-57
130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34	9-61
50	Соус Красный <small>морковь св, лук репка, мука в/с, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2	1-32
180	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-48, Б-1, Угл-11	5-64
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-42
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-83
Итого за Обед			60-52
<u>Полдник</u>			
50	Рулетик Маковый <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, мак пищевой, яйцо столовое, соль йодированная, дрожжи сух, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-155, Б-5, Ж-3, Угл-28	6-36
205	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-109, Б-6, Ж-6, Угл-9, С-1	13-33
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, Угл-20, С-4	12-00
Итого за Полдник			31-69
<u>Ужин</u>			
37	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6, С-1	11-06
130	Запеканка Северная творожно - манная <small>творог свежий 9%, манка, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-261, Б-19, Ж-12, Угл-19	32-11
47	Подливка из повидла	ККАЛ-93, Угл-25	6-43
70	Мясо тушеное(диета) <small>свинина п/ф, морковь св, лук репка, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-138, Б-10, Ж-10, Угл-3, С-1	24-36
110	Картофель отварной с луком(диета) <small>картофель св, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-97, Б-2, Ж-3, Угл-16, С-8	8-50
180	Чай с шиповником <small>шиповник сухой, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-25, Угл-6, С-22	2-49
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-62
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-83
Итого за Ужин			88-40
Итого за день			153-19

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	Суп молочный вермишелевый <small>макаронные изделия в/с, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-102, Б-4, Ж-4, Угл-13	8-54
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	5-00
180	Чай с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	5-98
24	Батон белый	ККАЛ-62, Б-2, Ж-1, Угл-12	2-71
Итого за Завтрак			22-23
<u>Обед</u>			
150	Похлебка бобовая <small>картофель св, горох сухой, морковь св, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-107, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-2	3-62
50	Котлеты сельские с мясом <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-139, Б-9, Ж-11, Угл-2	25-14
110	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-3, Ж-3, Угл-29	8-13
50	Соус Красный <small>морковь св, лук репка, мука в/с, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2	1-39
150	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	4-71
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-62
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-46
Итого за Обед			46-07
<u>Полдник</u>			
50	Рулетик Маковый <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, мак пищевой, яйцо столовое, соль йодированная, орехи сух, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-155, Б-5, Ж-3, Угл-28	6-74
153	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-82, Б-4, Ж-4, Угл-7, С-1	9-94
Итого за Полдник			16-68
<u>Ужин</u>			
28	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-19, Угл-4, С-1	8-30
118	Запеканка Северная творожно - манная <small>творог свежий 9%, манка, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-237, Б-17, Ж-11, Угл-17	29-01
47	Подливка из повидла	ККАЛ-93, Угл-25	6-43
180	Чай с шиповником <small>шиповник сухой, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-25, Угл-6, С-22	2-49
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-22
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-46
Итого за Ужин			48-91
Итого за день			126-89

Заведующий
МБДОУ _____