

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>			
185	Каша Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-148, Б-5, Ж-5, Угл-20, С-1	12-06
185	Каша Манная (диета, без молока) <small>манка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-92, Б-2, Ж-3, Угл-16	4-93
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-95
180	Какао Шоколадный с молоком сгущенным <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-60, Б-2, Ж-2, Угл-9	7-74
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-69
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-51
Итого за Завтрак		ККАЛ-437, Б-11, Ж-14, Угл-67, С-1	33-88
<u>Обед</u>			
180	Борщ Вегетарианский <small>свекла св, капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-44, Б-1, Ж-2, Угл-5, С-6	8-60
70	Биточки детские из мяса <small>говядина односортовая для руб, изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-185, Б-10, Ж-13, Угл-7	30-72
130	Капуста тушеная с томатом <small>капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-64, Б-3, Ж-2, Угл-9, С-26	12-22
180	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-48, Б-1, Угл-11	5-18
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-51
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-94
Итого за Обед		ККАЛ-453, Б-19, Ж-18, Угл-55, С-33	61-17
<u>Полдник</u>			
43	Зефир	ККАЛ-140, Угл-34	12-90
200	Кисель из облепихи <small>облепиха св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-58, Ж-1, Угл-13, С-12	7-33
Итого за Полдник		ККАЛ-198, Б-1, Ж-1, Угл-47, С-12	20-23
<u>Ужин</u>			
45	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-30, Угл-7, С-1	12-09
150	Омлет с зеленым горошком <small>яйцо столовое, горошек зеленый консервы, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-190, Б-12, Ж-14, Угл-5, С-4	34-46
110	Макаронные изделия отварные с маслом(диета) <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-08
50	Котлеты или биточки с мясом (диета) <small>говядина односортовая для руб, изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-9, Угл-6	22-19
200	Чай ягодный <small>сахар-песок, рябина черноплодная св/мор, чай байховый</small>	ККАЛ-30, Угл-7	1-98
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-95
Итого за Ужин		ККАЛ-621, Б-27, Ж-26, Угл-69, С-5	79-43
Итого за день		ККАЛ-1 709, Б-58, Ж-59, Угл-238, С-50	153-71

Заведующий
МБДОУ _____

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 Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16	9-73
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-95
169	Какао Шоколадный с молоком сгущенным <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-2, Угл-9	7-27
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-93
Итого за Завтрак			24-88
<u>Обед</u>			
150	Борщ Вегетарианский <small>свекла св, капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-36, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-5	7-23
50	Биточки детские из мяса <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-7, Ж-9, Угл-5	22-81
110	Капуста тушеная с томатом <small>капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, масло сливочное 72,5%, томат-паста, сахар-песок, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-54, Б-2, Ж-2, Угл-8, С-22	10-04
150	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	4-39
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-55
Итого за Обед			47-70
<u>Полдник</u>			
43	Зефир	ККАЛ-140, Угл-34	12-90
150	Кисель из облепихи <small>облепиха св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-43, Ж-1, Угл-9, С-9	5-25
Итого за Полдник			18-15
<u>Ужин</u>			
35	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-24, Угл-5, С-1	9-40
130	Омлет с зеленым горошком <small>яйцо столовое, горошек зеленый консервы, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-165, Б-10, Ж-12, Угл-4, С-3	29-36
180	Чай ягодный <small>сахар-песок, рябина черноплодная св/мор, чай байховый</small>	ККАЛ-27, Угл-7	1-75
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-26
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-55
Итого за Ужин			43-32
Итого за день			126-05

Заведующий
МБДОУ _____