

**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 Манная молочная</b> <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-144, Б-5, Ж-5, Угл-19, С-1	<b>11-89</b>
180	<b>Каша Манная (диета, без молока)</b> <small>манка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-90, Б-2, Ж-2, Угл-15	<b>5-17</b>
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	<b>5-11</b>
180	<b>Чай Братский</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11	<b>7-14</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	<b>0-72</b>
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	<b>3-45</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>33-48</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Икра морковная с луком</b> <small>морковь св, лук репка, масло растительное, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-31, Б-1, Ж-1, Угл-4, С-1	<b>3-64</b>
180	<b>Суп крестьянский со сметаной</b> <small>картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, пишено шлифованное, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лаверовый лист</small>	ККАЛ-80, Б-2, Ж-4, Угл-9, С-7	<b>5-30</b>
80	<b>Суфле из кур</b> <small>куры-бройлера (цыпленок), яйцо столовое, рис, сыр твердый (типа голландского), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-126, Б-18, Ж-4, Угл-6, С-1	<b>27-97</b>
130	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-171, Б-5, Ж-3, Угл-31	<b>6-60</b>
50	<b>Соус Молочный</b> <small>молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-4, Угл-4	<b>4-02</b>
180	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-47, Угл-11, С-47	<b>4-91</b>
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	<b>2-60</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>1-85</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>56-89</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
30	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5, С-1	<b>9-10</b>
30	<b>Гренки сладкие ванильные</b> <small>батон нарезной, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-113, Б-2, Ж-4, Угл-23	<b>9-63</b>
180	<b>Напиток цитрусовый</b> <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-38, Угл-9, С-4	<b>7-06</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>25-79</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
150	<b>Омлет с сыром</b> <small>яйцо столовое, сыр твердый (типа голландского), молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-225, Б-17, Ж-16, Угл-3	<b>37-40</b>
150	<b>Макаронны По - польски (диета)</b> <small>макаронные изделия в/с, морковь св, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервы, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-203, Б-5, Ж-7, Угл-31, С-2	<b>37-40</b>
200	<b>Чай русский</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-40, Угл-10	<b>1-06</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-74</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>1-85</b>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>79-45</b>
<b>Итого за день</b>			<b>153-61</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 Манная молочная</b> <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16	<b>10-24</b>
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	<b>5-16</b>
180	<b>Чай Братский</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11	<b>6-97</b>
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	<b>2-88</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>25-25</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Икра морковная с луком</b> <small>морковь св, лук репка, масло растительное, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-18, Ж-1, Угл-2, С-1	<b>2-17</b>
150	<b>Суп крестьянский со сметаной</b> <small>картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, пишено шлифованное, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-66, Б-1, Ж-3, Угл-8, С-6	<b>4-57</b>
60	<b>Суфле из кур</b> <small>куры-бройлеры (цыпленок), яйцо столовое, рис, сыр твердый (типа голландского), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-94, Б-13, Ж-3, Угл-4	<b>20-91</b>
110	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	<b>5-55</b>
50	<b>Соус Молочный</b> <small>молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-4, Угл-4	<b>4-02</b>
150	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-39, Угл-9, С-39	<b>4-05</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-73</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-48</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>44-48</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
25	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-17, Угл-4, С-1	<b>7-59</b>
25	<b>Гренки сладкие ванильные</b> <small>батон нарезной, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-94, Б-2, Ж-3, Угл-19	<b>7-97</b>
150	<b>Напиток цитрусовый</b> <small>апельсины св, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-31, Угл-8, С-3	<b>5-81</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>21-37</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
130	<b>Омлет с сыром</b> <small>яйцо столовое, сыр твердый (типа голландского), молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-195, Б-14, Ж-14, Угл-3	<b>32-11</b>
180	<b>Чай русский</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	<b>0-94</b>
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	<b>1-30</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-48</b>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>35-83</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-93</b>

Заведующий  
МБДОУ \_\_\_\_\_