

**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>Суп молочный вермишелевый</b> <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	<b>8-41</b>
180	<b>Каша геркулес (диета, без молока)</b> <small>геркулес, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-4, Угл-18	<b>4-92</b>
10	<b>Сыр твердый</b>	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	<b>6-33</b>
180	<b>Чай с молоком</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	<b>4-87</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	<b>0-75</b>
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	<b>3-43</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>28-71</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из смородины черной</b> <small>смородина черная св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-18, Угл-4, С-6	<b>4-06</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>4-06</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Закуска морковь с кукурузой</b> <small>морковь св, кукуруза консервированная, масло растительное</small>	ККАЛ-58, Б-1, Ж-5, Угл-4, С-1	<b>7-77</b>
180	<b>Похлебка бобовая</b> <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	<b>4-18</b>
70	<b>Голубцы быстрые из мяса</b> <small>капуста белокочанная св, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, рис, масло сливочное 72,5%, масло растительное, яйцо столовое, соль йодированная</small>	ККАЛ-139, Б-7, Ж-11, Угл-5, С-6	<b>21-01</b>
130	<b>Пюре картофельное мягкое</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, Угл-16, С-8	<b>10-85</b>
180	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-47, Угл-11, С-47	<b>4-69</b>
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	<b>2-45</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>1-88</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>52-83</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
32	<b>Печенье</b>	ККАЛ-130, Б-2, Ж-3, Угл-23	<b>5-43</b>
179	<b>Кисель из вишни</b> <small>вишня б/к св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-49, Угл-12	<b>6-66</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>12-09</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
150	<b>Мясные рулетики</b> <small>муха в/с, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-372, Б-17, Ж-20, Угл-32, С-1	<b>43-40</b>
50	<b>Соус Молочный</b> <small>молоко сухое 25%, масло растительное, муха в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-4, Угл-4	<b>3-25</b>
200	<b>Чай французский</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-32, Угл-8	<b>0-84</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-63</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>1-88</b>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>51-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>153-69</b>

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<b>Суп молочный вермишелевый</b> <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	6-77
10	<b>Сыр твердый</b>	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-33
180	<b>Чай с молоком</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	4-85
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-85
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>20-80</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из смородины черной</b> <small>смородина черная св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-18, Угл-4, С-6	4-43
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>4-43</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Закуска морковь с кукурузой</b> <small>морковь св, кукуруза консервированная, масло растительное</small>	ККАЛ-35, Ж-3, Угл-2, С-1	4-68
150	<b>Похлебка бобовая</b> <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	3-78
50	<b>Голубцы быстрые из мяса</b> <small>капуста белокачанная св, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, рис, масло сливочное 72,5%, масло растительное, яйцо столовое, соль йодированная</small>	ККАЛ-100, Б-5, Ж-8, Угл-4, С-5	15-56
110	<b>Пюре картофельное мягкое</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-99, Б-2, Ж-4, Угл-14, С-7	8-83
150	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-39, Угл-9, С-39	3-92
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-64
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-50
<b>Итого за Обед</b>			<b>39-91</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
22	<b>Печенье</b>	ККАЛ-90, Б-2, Ж-2, Угл-16	3-72
149	<b>Кисель из вишни</b> <small>вишня б/к св/мор, сахар-песок, крахмал, картофельный</small>	ККАЛ-40, Угл-10	5-52
<b>Итого за Полдник</b>			<b>9-24</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
120	<b>Мясные рулетики</b> <small>мука в/с, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-298, Б-13, Ж-16, Угл-25	34-49
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	3-46
180	<b>Чай французский</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-98
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-23
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-50
<b>Итого за Ужин</b>			<b>41-66</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-04</b>