

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 Геркулес молочная <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-5, Угл-18	10-06
180	Каша геркулес (диета, без молока) <small>геркулес, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-4, Угл-18	5-05
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-80
180	Чай Братский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11	7-11
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-73
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-27
Итого за Завтрак			31-02
<u>Обед</u>			
180	Суп рыбный (консервы) <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь св, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, лавровый лист</small>	ККАЛ-131, Б-4, Ж-8, Угл-11, С-5	16-94
70	Котлеты или биточки с мясом <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-191, Б-11, Ж-13, Угл-8	28-58
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	6-32
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-54
180	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко <small>ягодно фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Угл-9, С-5	5-82
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-52
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	2-00
Итого за Обед			63-72
<u>Полдник</u>			
35	Печенье	ККАЛ-142, Б-3, Ж-3, Угл-26	5-92
200	Напиток Росинка чайный <small>сок фруктовый, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-60, Угл-14, С-1	5-35
Итого за Полдник			11-27
<u>Ужин</u>			
190	Каша гречневая новгородская с птицей <small>гречка ядрица, кури-бройлеры (цыпленок), масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-232, Б-12, Ж-11, Угл-22	15-38
200	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-40, Угл-10	1-05
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, Угл-10	2-40
Итого за Ужин			20-51
Итого за день			153-52

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 Геркулес молочная <i>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-117, Б-4, Ж-5, Угл-15	8-43
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-99
170	Чай Братский <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</i>	ККАЛ-77, Б-3, Ж-3, Угл-11	6-85
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-73
Итого за Завтрак			23-00
<u>Обед</u>			
150	Суп рыбный (консервы) <i>картофель св, консерва сайра в/м, морковь св, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, лавровый лист</i>	ККАЛ-109, Б-4, Ж-7, Угл-9, С-4	14-20
50	Котлеты или биточки с мясом <i>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-9, Угл-6	21-17
110	Макаронные изделия отварные с маслом <i>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-37
50	Соус Томат <i>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-59
150	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко <i>ягодно фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</i>	ККАЛ-33, Угл-8, С-4	4-86
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-69
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-60
Итого за Обед			50-48
<u>Полдник</u>			
25	Печенье	ККАЛ-102, Б-2, Ж-2, Угл-18	4-17
150	Напиток Росинка чайный <i>сок фруктовый, сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-45, Угл-11, С-1	4-00
Итого за Полдник			8-17
<u>Ужин</u>			
160	Каша гречневая новгородская с птицей <i>гречка ядрица, куры-бройлера (цыпленок), масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-195, Б-10, Ж-9, Угл-19	12-94
180	Чай русский <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-36, Угл-9	0-95
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-60
Итого за Ужин			17-17
Итого за день			126-82