

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, маляо сухое 25%, сахар-песок, маляо сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-5, Угл-18	10-10
180	Каша геркулес (диета, без молока) <small>геркулес, маляо сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-4, Угл-18	5-25
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	5-08
180	Кофейный напиток шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	8-26
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-69
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-34
Итого за Завтрак			32-72
<u>Завтрак 2</u>			
106	Напиток из чернослива <small>чернослив без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-39, Угл-9	6-93
Итого за Завтрак 2			6-93
<u>Обед</u>			
53	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-5, Угл-1, С-1	19-03
180	Похлебка с мясом <small>картофель св, свинина п/ф, лук репка, морковь св, томат-паста, маляо растительное, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-139, Б-5, Ж-9, Угл-9, С-4	15-61
50	Котлеты или биточки с мясом <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, маляо растительное, маляо сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-9, Угл-6	21-70
130	Гарнир каша гречка с овощами <small>гречка ядрица, морковь св, лук репка, маляо растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-186, Б-6, Ж-7, Угл-25, С-1	4-97
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, маляо растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-55
180	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко <small>ягодно фруктовая смась св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Угл-9, С-5	5-61
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-60
26	Хлеб ржаной	ККАЛ-44, Б-2, Угл-9	1-99
Итого за Обед			73-06
<u>Полдник</u>			
50	Булочка с маком <small>мука в/с, сахар-песок, маляо сухое 25%, маляо сливочное 72,5%, маляо растительное, мак пищевой, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-148, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-84
178	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-95, Б-5, Ж-5, Угл-8, С-1	11-63
167	Сок фруктовый(диета)	ККАЛ-77, Б-1, Угл-17, С-3	11-70
Итого за Полдник			29-17
<u>Ужин</u>			
45	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-30, Угл-7, С-1	12-28
130	Суфле творожное "Воздушное" <small>творог свежий 9%, яйцо столовое, сметана 15%, сахар-песок, мука в/с, маляо сухое 25%, соль йодированная, маляо растительное, ванилин</small>	ККАЛ-270, Б-19, Ж-12, Угл-23	32-27
60	Котлеты или биточки с мясом "Особые"(диета) <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, маляо растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-164, Б-9, Ж-10, Угл-9	25-84
130	Картофель отварной с зеленью (диета) <small>картофель св, маляо сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-111, Б-3, Ж-3, Угл-19, С-10	8-87
50	Соус крем -Брюле <small>сахар-песок, маляо сухое 25%, мука в/с, маляо сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-71, Б-1, Ж-3, Угл-10	6-26
200	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-84
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-73
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	2-00
Итого за Ужин			90-09
Итого за день			153-97

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 <small>геркулес, маляо сухое 25%, сахар-песок, маляо сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-117, Б-4, Ж-5, Угл-15	8-42
5	Маляо сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	5-08
180	Кофейный напиток шоколадный <small>молочо сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	8-44
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-78
Итого за Завтрак			24-72
<u>Завтрак 2</u>			
106	Напиток из чернослива <small>чернослив без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-39, Угл-9	6-88
Итого за Завтрак 2			6-88
<u>Обед</u>			
32	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-3, С-1	11-42
150	Похлебка с мясом <small>картофель св, свинина п/ф, лук репка, морковь св, томат-паста, маляо растительное, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), заварной лист</small>	ККАЛ-116, Б-4, Ж-8, Угл-7, С-4	13-06
50	Котлеты или биточки с мясом <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, сахар панирова., яйцо столовое, маляо растительное, молочо сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-9, Угл-6	22-03
110	Гарнир каша гречка с овощами <small>гречка ядрица, морковь св, лук репка, маляо растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-6, Угл-21	4-23
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, маляо растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-51
150	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко <small>ягодно фруктовая смась св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-33, Угл-8, С-4	4-67
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-74
21	Хлеб ржаной	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	1-59
Итого за Обед			60-25
<u>Полдник</u>			
50	Булочка с маком <small>мука в/с, сахар-песок, молочо сухое 25%, маляо сливочное 72,5%, маляо растительное, мак пищевой, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-148, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-84
138	Молочо свежее пастеризованное	ККАЛ-74, Б-4, Ж-4, Угл-6, С-1	9-03
Итого за Полдник			14-87
<u>Ужин</u>			
34	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-23, Угл-5, С-1	9-21
110	Суфле творожное "Воздушное" <small>творог свежий 9%, яйцо столовое, сметана 15%, сахар-песок, мука в/с, молочо сухое 25%, соль йодированная, маляо растительное, ванилин</small>	ККАЛ-229, Б-16, Ж-10, Угл-19	27-40
50	Соус крем -Брюле <small>сахар-песок, молочо сухое 25%, мука в/с, маляо сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-71, Б-1, Ж-3, Угл-10	6-30
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-74
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-30
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-60
Итого за Ужин			46-55
Итого за день			126-27