

**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>			
185	<b>Каша Манная молочная</b> <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-148, Б-5, Ж-5, Угл-20, С-1	11-72
185	<b>Каша Манная (диета, без молока)</b> <small>манка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-92, Б-2, Ж-3, Угл-16	4-50
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	4-46
180	<b>Какао на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-98, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1	10-53
180	<b>Чай французский</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-73
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-53
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-475, Б-13, Ж-16, Угл-70, С-1	<b>35-47</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток Росинка чайный</b> <small>сок фруктовый, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-30, Угл-7, С-1	2-45
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-30, Угл-7, С-1	<b>2-45</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Икра кабачков</b> <small>кабачки св/мор, морковь св, масло растительное, лук репка, лимон свежий, томат-паста, сахар-песок, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-59, Ж-5, Угл-3, С-3	12-63
180	<b>Суп крестьянский со сметаной</b> <small>картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, пилено шлифованное, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-80, Б-2, Ж-4, Угл-9, С-7	6-25
70	<b>Биточки или котлеты кур (духовые)</b> <small>куриная грудка, хлеб белый, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-111, Б-13, Ж-2, Угл-9	18-09
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	11-89
180	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-62, Угл-15	4-29
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-54
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-94
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-542, Б-22, Ж-17, Угл-76, С-18	<b>57-63</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Булочка Сюрприз</b> <small>мука в/с, мармелад, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-150, Б-4, Ж-2, Угл-30	5-96
183	<b>Снежок</b>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-5, Угл-20, С-2	16-49
199	<b>Чай с вишней св/мор(диета)</b> <small>сахар-песок, вишня б/к св/мор, чай байховый</small>	ККАЛ-34, Угл-8	5-95
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-324, Б-9, Ж-6, Угл-58, С-2	<b>28-40</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
26	<b>Яблоки печеные с ягодой б/с (дольки)</b> <small>яблоки свежие, вишня б/к св/мор</small>	ККАЛ-12, Угл-3, С-1	8-17
130	<b>Запеканка Геракл творожная</b> <small>творог свежий 9%, сахар-песок, яйцо столовое, геркулес, масло сливочное 72,5%, мука в/с, сметана 15%, сухари паниров, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-337, Б-22, Ж-16, Угл-27	32-69
50	<b>Соус ваниль молочная</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-3, Угл-8	5-46
70	<b>Мясо тушеное(диета)</b> <small>свинина п/ф, морковь св, лук репка, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-138, Б-10, Ж-10, Угл-3, С-1	24-31
110	<b>Картофель отварной с зеленью(диета)</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-94, Б-2, Ж-2, Угл-16, С-9	8-25
200	<b>Чай с лимоном б/с</b> <small>чай байховый, лимон свежий</small>		0-14
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-70
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-95
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-735, Б-39, Ж-31, Угл-76, С-11	<b>82-67</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 107, Б-83, Ж-70, Угл-287, С-33	<b>153-62</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>8-92</b>
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	<b>4-06</b>
170	<b>Какао на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-93, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	<b>9-05</b>
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	<b>2-95</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>24-98</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток Росинка чайный</b> <small>сок фруктовый, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-30, Угл-7, С-1	<b>2-43</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>2-43</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Икра кабачков</b> <small>кабачки св/мор, морковь св, масло растительное, лук репка, лимон свежий, томат-паста, сахар-песок, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-35, Ж-3, Угл-2, С-2	<b>7-59</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>5-06</b>
60	<b>Биточки или котлеты кур (духовые)</b> <small>куриная грудка, хлеб белый, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-96, Б-11, Ж-2, Угл-8	<b>13-69</b>
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	<b>8-95</b>
150	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	<b>3-57</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-69</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-56</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>42-11</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Булочка Сюрприз</b> <small>мука в/с, мармелад, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-150, Б-4, Ж-2, Угл-30	<b>6-61</b>
137	<b>Снежок</b>	ККАЛ-105, Б-4, Ж-3, Угл-15, С-1	<b>12-36</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>18-97</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
28	<b>Яблоки печеные с ягодой б/с (дольки)</b> <small>яблоки свежие, вишня б/к св/мор</small>	ККАЛ-13, Угл-3, С-1	<b>8-93</b>
110	<b>Запеканка Геракл творожная</b> <small>творог свежий 9%, сахар-песок, яйцо столовое, геркулес, масло сливочное 72,5%, мука в/с, сметана 15%, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-285, Б-18, Ж-13, Угл-23	<b>26-49</b>
50	<b>Соус ваниль молочная</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-3, Угл-8	<b>5-45</b>
180	<b>Чай с лимоном б/с</b> <small>чай байховый, лимон свежий</small>		<b>0-10</b>
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	<b>1-27</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-56</b>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>43-80</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-29</b>