

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 Ячневая или Пшеничная молочная <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-168, Б-6, Ж-7, Угл-21, С-1	13-35
180	Каша Ячневая или Полтавская или Пшеничная (диета, без молока) <small>ячневая, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-103, Б-2, Ж-3, Угл-18	4-28
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-50
180	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	8-20
200	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-40, Угл-10	1-07
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-36
Итого за Завтрак		ККАЛ-511, Б-16, Ж-16, Угл-76, С-1	36-76
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-72
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-72
<u>Обед</u>			
50	Кукуруза порциями отварная	ККАЛ-32, Б-1, Ж-1, Угл-6, С-1	15-61
180	Свекольник <small>свекла св, картофель св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-79, Б-1, Ж-4, Угл-9, С-4	7-15
180	Рагу из мяса, овощей "Веселенькая семейка" <small>картофель св, свинина п/ф, морковь св, лук репка, горошек зеленый консервы, мука в/с, масло сливочное 72,5%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-297, Б-12, Ж-20, Угл-19, С-9	37-35
180	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-48, Б-1, Угл-11	5-62
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-60
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-85
Итого за Обед		ККАЛ-569, Б-19, Ж-25, Угл-67, С-13	70-18
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Сдобная <small>мука в/с, яйцо столовое, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-141, Б-4, Ж-3, Угл-24	4-37
200	Кисель из вишни <small>вишня б/к св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-54, Угл-13	10-63
Итого за Полдник		ККАЛ-195, Б-4, Ж-3, Угл-37	15-00
<u>Ужин</u>			
70	Суфле из печени <small>печень говяжья отечественная, лук репка, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, мука в/с, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-111, Б-13, Ж-4, Угл-6, С-10	29-03
130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34	8-46
200	Чай апельсиновый <small>апельсины св, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8, С-2	3-72
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-74
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-84
Итого за Ужин		ККАЛ-409, Б-19, Ж-8, Угл-66, С-12	44-79
Итого за день		ККАЛ-1 710, Б-59, Ж-52, Угл-252, С-53	153-45

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 Ячневая или Пшеничная молочная <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17, С-1	7-62
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-50
170	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-86, Б-3, Ж-3, Угл-11, С-1	4-81
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-79
Итого за Завтрак			21-72
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-72
Итого за Завтрак 2			2-72
<u>Обед</u>			
30	Кукуруза порциями отварная	ККАЛ-19, Б-1, Угл-3, С-1	9-37
150	Свекольник <small>свекла св, картофель св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-66, Б-1, Ж-4, Угл-7, С-3	6-29
160	Рагу из мяса, овощей "Веселенькая семейка" <small>картофель св, свинина п/ф, морковь св, лук репка, горошек зеленый консервы, мука в/с, масло сливочное 72,5%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-264, Б-11, Ж-17, Угл-17, С-8	33-36
150	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	4-69
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-73
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-47
Итого за Обед			56-91
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Сдобная <small>мука в/с, яйцо столовое, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-141, Б-4, Ж-3, Угл-24	5-03
150	Кисель из вишни <small>вишня б/к св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-41, Угл-10	7-89
Итого за Полдник			12-92
<u>Ужин</u>			
60	Суфле из печени <small>печень говяжья отечественная, лук репка, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, мука в/с, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-95, Б-11, Ж-4, Угл-5, С-8	24-63
120	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-163, Б-3, Ж-3, Угл-32	7-47
180	Чай апельсиновый <small>апельсины св, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7, С-2	3-30
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-74
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-47
Итого за Ужин			38-61
Итого за день			126-88