

**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>Каша Манная молочная</b> <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-144, Б-5, Ж-5, Угл-19, С-1	<b>11-85</b>
180	<b>Каша Манная (диета, без молока)</b> <small>манка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-90, Б-2, Ж-2, Угл-15	<b>5-04</b>
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	<b>5-08</b>
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	<b>10-60</b>
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	<b>0-73</b>
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	<b>3-33</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-469, Б-13, Ж-15, Угл-69, С-1	<b>36-63</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из ягоды св/мор</b> <small>облепиха св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6	<b>2-76</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-25, Угл-6	<b>2-76</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>7-87</b>
180	<b>Суп со шпинатом, сметаной</b> <small>картофель св, шпинат св/мор, морковь св, лук репка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-68, Б-2, Ж-4, Угл-7, С-10	<b>13-62</b>
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	<b>18-40</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>11-46</b>
180	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-62, Угл-15	<b>4-31</b>
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	<b>2-46</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>1-98</b>
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-530, Б-23, Ж-16, Угл-74, С-20	<b>60-10</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>6-16</b>
186	<b>Снежок</b>	ККАЛ-142, Б-5, Ж-5, Угл-20, С-2	<b>16-74</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	<b>0-81</b>
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-324, Б-9, Ж-6, Угл-58, С-2	<b>23-71</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
40	<b>Яблоки печеные с ягодой (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок, брусника св/мор</small>	ККАЛ-30, Угл-7, С-2	<b>11-53</b>
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	<b>38-99</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>5-76</b>
50	<b>Котлеты или биточки с мясом "Особые"(диета)</b> <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-7, Ж-9, Угл-8	<b>21-09</b>
100	<b>Макаронные изделия отварные с маслом(диета)</b> <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-4, Ж-2, Угл-24	<b>4-82</b>
200	<b>Чай русский</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-40, Угл-10	<b>1-05</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-65</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>1-98</b>
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-829, Б-38, Ж-30, Угл-102, С-3	<b>86-87</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 177, Б-82, Ж-68, Угл-309, С-26	<b>153-07</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>9-90</b>
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	<b>5-08</b>
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	<b>10-49</b>
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	<b>2-77</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>28-24</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из ягоды св/мор</b> <small>облепиха св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6	<b>2-78</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>2-78</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	<b>4-73</b>
150	<b>Суп со шпинатом, сметаной</b> <small>картофель св, шпинат св/мор, морковь св, лук репка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-57, Б-1, Ж-3, Угл-6, С-9	<b>11-55</b>
50	<b>Биточки или котлеты кур (духовые)</b> <small>куриная грудка, хлеб белый, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-80, Б-9, Ж-2, Угл-7	<b>13-02</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>9-72</b>
150	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	<b>3-60</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-64</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-58</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>45-84</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>6-15</b>
140	<b>Снежок</b>	ККАЛ-107, Б-4, Ж-4, Угл-15, С-1	<b>12-60</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>18-75</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
30	<b>Яблоки печеные с ягодой (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок, брусника св/мор</small>	ККАЛ-22, Угл-5, С-2	<b>8-67</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>33-07</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>5-80</b>
180	<b>Чай русский</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	<b>0-95</b>
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	<b>1-24</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-59</b>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>51-32</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-93</b>