

**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 Геркулес молочная</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-5, Угл-18	9-76
180	<b>Каша геркулес (диета, без молока)</b> <small>геркулес, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-4, Угл-18	9-16
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	4-90
180	<b>Кофейный напиток шоколадный</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	8-05
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-75
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-48
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>36-10</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из брусники</b> <small>брусника св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5, С-1	4-95
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>4-95</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Салат Горошек</b> <small>горошек зеленый консервы, яйцо столовое, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-62, Б-3, Ж-5, Угл-2, С-3	9-78
180	<b>Похлебка с мясом</b> <small>картофель св, свинина п/ф, лук репка, морковь св, томат-паста, масло растительное, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), заварной лист</small>	ККАЛ-139, Б-5, Ж-9, Угл-9, С-4	16-53
70	<b>Котлеты или биточки с мясом</b> <small>говядина односортовая для руб. издеши, 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	19-73
130	<b>Гарнир каша рисовая рассыпчатая</b> <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34	9-51
50	<b>Соус Красный</b> <small>морковь св, лук репка, мука в/с, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2	1-29
180	<b>Компот из смеси смородина, вишня, яблоко</b> <small>ягодно фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Угл-9, С-5	5-42
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-57
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-90
<b>Итого за Обед</b>			<b>66-73</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Булочка с маком</b> <small>мука в/с, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, мак пищевой, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-148, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-71
198	<b>Молоко свежее пастеризованное</b>	ККАЛ-106, Б-5, Ж-6, Угл-9, С-1	12-90
200	<b>Сок фруктовый(диета)</b>	ККАЛ-92, Б-1, Угл-20, С-4	14-40
<b>Итого за Полдник</b>			<b>33-01</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
27	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-18, Угл-4, С-1	8-09
135	<b>Пудинг творожно-манный</b> <small>творог свежий 9%, сахар-песок, изюм, яйцо столовое, манка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-316, Б-20, Ж-12, Угл-33	38-61
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	5-53
184	<b>Каши с мясом деревенская гречневая(диета)</b> <small>свинина п/ф, гречка ядрица, морковь св, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-230, Б-12, Ж-11, Угл-21	22-24
200	<b>Чай французский</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-83
19	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-45, Б-1, Угл-9	1-71
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-89
<b>Итого за Ужин</b>			<b>78-90</b>
<b>Итого за день</b>			<b>153-69</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 Геркулес молочная</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-117, Б-4, Ж-5, Угл-15	<b>8-26</b>
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	<b>4-90</b>
180	<b>Кофейный напиток шоколадный</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	<b>8-01</b>
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	<b>2-90</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>24-07</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из брусники</b> <small>брусника св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5, С-1	<b>4-94</b>
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>4-94</b>
<b><u>Обед</u></b>			
27	<b>Салат Горошек</b> <small>горошек зеленый консервы, яйцо столовое, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-34, Б-2, Ж-3, Угл-1, С-1	<b>5-33</b>
150	<b>Похлебка с мясом</b> <small>картофель св, свинина п/ф, лук репка, морковь св, томат-паста, масло растительное, чеснок св, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-116, Б-4, Ж-8, Угл-7, С-4	<b>13-77</b>
50	<b>Котлеты или биточки с мясом</b> <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, сухари панирое., яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-9, Угл-6	<b>20-36</b>
110	<b>Гарнир каша рисовая рассыпчатая</b> <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-3, Ж-3, Угл-29	<b>8-05</b>
50	<b>Соус Красный</b> <small>морковь св, лук репка, мука в/с, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2	<b>1-31</b>
150	<b>Компот из смеси смородина, вишня, яблоко</b> <small>ягодно фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-33, Угл-8, С-4	<b>3-61</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-71</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-52</b>
<b>Итого за Обед</b>			<b>55-66</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Булочка с маком</b> <small>мука в/с, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, масло растительное, мак пищевой, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-148, Б-4, Ж-3, Угл-26	<b>5-66</b>
149	<b>Молоко свежее пастеризованное</b>	ККАЛ-80, Б-4, Ж-4, Угл-6, С-1	<b>9-70</b>
<b>Итого за Полдник</b>			<b>15-36</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
18	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-12, Угл-3	<b>5-40</b>
114	<b>Пудинг творожно-манный</b> <small>творог свежий 9%, сахар-песок, изюм, яйцо столовое, манка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-266, Б-17, Ж-10, Угл-28	<b>32-80</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>5-22</b>
180	<b>Чай французский</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	<b>0-72</b>
14	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-33, Б-1, Угл-7	<b>1-28</b>
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	<b>1-52</b>
<b>Итого за Ужин</b>			<b>46-94</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-97</b>