

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 Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-169, Б-5, Ж-6, Угл-22, С-1	14-59
180	Каша рисовая (диета, без молока) <small>рис, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-112, Б-2, Ж-3, Угл-20	7-72
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-48
180	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	8-59
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-75
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-31
Итого за Завтрак			41-44
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из свежих фруктов <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-1	3-66
Итого за Завтрак 2			3-66
<u>Обед</u>			
50	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-5, Угл-1, С-1	17-30
180	Щи Русские <small>капуста белокочанная св, картофель св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-75, Б-1, Ж-5, Угл-6, С-8	6-48
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	36-94
180	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-48, Б-1, Угл-11	5-63
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-62
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	2-01
Итого за Обед			70-98
<u>Полдник</u>			
50	Рулетик Венский <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо столовое, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-152, Б-5, Ж-2, Угл-28	13-45
200	Кисель Светлячок шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, крахмал картофельный, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-153, Б-5, Ж-5, Угл-21, С-1	16-42
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-82
Итого за Полдник			30-69
<u>Ужин</u>			
40	Салат морковь с горошком <small>морковь св, горошек зеленый консервы, масло растительное</small>	ККАЛ-29, Б-1, Ж-2, Угл-3, С-1	4-03
150	Запеканка Морская с овощами <small>горбуша с/г п/ф, капуста белокочанная св, морковь св, сметана 15%, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, сыр твердый (типа голландского), соль йодированная</small>	ККАЛ-233, Б-20, Ж-15, Угл-5, С-9	72-97
180	Овощное рагу с мясом(диета) <small>свинина мясная п/ф, картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, мука в/с, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-249, Б-11, Ж-17, Угл-14, С-11	29-67
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7, С-1	2-16
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-75
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	2-01
Итого за Ужин			112-59
Итого за день			153-36

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 Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-4, Ж-5, Угл-18, С-1	11-95
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-48
180	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	8-48
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-75
Итого за Завтрак			29-66
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из свежих фруктов <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-1	3-70
Итого за Завтрак 2			3-70
<u>Обед</u>			
30	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-3, С-1	10-39
150	Щи Русские <small>капуста белокочанная св, картофель св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, зелень сушая (укроп, петрушка), завровый лист</small>	ККАЛ-63, Б-1, Ж-4, Угл-5, С-7	5-37
150	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-247, Б-10, Ж-16, Угл-16, С-7	31-44
150	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	4-42
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-74
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-61
Итого за Обед			54-97
<u>Полдник</u>			
50	Рулетик Венский <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо столовое, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-152, Б-5, Ж-2, Угл-28	5-58
150	Кисель Светлячок шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, крахмал картофельный, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-115, Б-4, Ж-4, Угл-16, С-1	12-08
Итого за Полдник			17-66
<u>Ужин</u>			
30	Салат морковь с горошком <small>морковь св, горошек зеленый консервы, масло растительное</small>	ККАЛ-22, Ж-1, Угл-2, С-1	3-02
130	Запеканка Морская с овощами <small>горбуша с/г н/р, капуста белокочанная св, морковь св, сметана 15%, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, сыр твердый (типа голландского), соль йодированная</small>	ККАЛ-202, Б-17, Ж-13, Угл-5, С-7	63-28
180	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-1	1-89
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-31
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-61
Итого за Ужин			71-11
Итого за день			126-10

И.о.заведующей

о