

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 Пшеничная молочная <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-169, Б-6, Ж-7, Угл-21, С-1	12-49
180	Каша пшеничная (диета, без молока) <small>пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-3, Ж-4, Угл-19	5-20
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-07
180	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	8-64
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-63
Итого за Завтрак		ККАЛ-487, Б-14, Ж-18, Угл-67, С-1	34-03
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из лимонов <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-1	2-08
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-21, Угл-5, С-1	2-08
<u>Обед</u>			
50	Закуска морковь тушеная <small>морковь св, масло сливочное, сметана 15%, мука, сахар, соль</small>	ККАЛ-38, Б-1, Ж-3, Угл-3, С-1	4-02
180	Суп фасолевый <small>картофель св, морковь св, лук репка, фасоль, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-92, Б-3, Ж-4, Угл-11, С-4	5-80
70	Котлеты сельские с мясом <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-194, Б-12, Ж-16, Угл-2	31-82
130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34	8-63
50	Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-4, Угл-4	3-97
180	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-62, Угл-15	4-27
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-56
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-96
Итого за Обед		ККАЛ-732, Б-24, Ж-30, Угл-93, С-6	63-03
<u>Полдник</u>			
50	Крендель Праздничный сдобный <small>мука в/с, яйцо столовое, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, дрожжи сух, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-143, Б-4, Ж-3, Угл-25	5-98
204	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-109, Б-6, Ж-6, Угл-9, С-1	13-27
200	Чай вишневый <small>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</small>	ККАЛ-47, Угл-12, С-1	3-18
Итого за Полдник		ККАЛ-299, Б-10, Ж-9, Угл-46, С-2	22-43
<u>Ужин</u>			
30	Яблоки печеные (дольки) без сахара <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-14, Угл-3, С-1	8-26
130	Запеканка Северная творожно - манная <small>творог свежий 9%, манка, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-261, Б-19, Ж-12, Угл-19	31-86
50	Подливка сгущенно-ванильная <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-107, Б-2, Ж-4, Угл-16	10-17
180	Каша ячневая с мясом (диета) <small>свинина п/ф, ячневая, морковь св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-251, Б-9, Ж-13, Угл-25	20-09
200	Чай без сахара		0-08
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-71
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-97
Итого за Ужин		ККАЛ-723, Б-34, Ж-29, Угл-82, С-1	74-14
Итого за день		ККАЛ-2 263, Б-82, Ж-85, Угл-293, С-11	153-71

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 Пшеничная молочная <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-141, Б-5, Ж-6, Угл-18, С-1	11-03
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-09
170	Чай английский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-86, Б-3, Ж-3, Угл-11, С-1	8-34
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	3-02
Итого за Завтрак			26-48
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из лимонов <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-21, Угл-5, С-1	1-82
Итого за Завтрак 2			1-82
<u>Обед</u>			
30	Закуска морковь тушеная <small>морковь св, масло сливочное, сметана 15%, мука, сахар, соль</small>	ККАЛ-23, Ж-2, Угл-2, С-1	2-41
150	Суп фасолевый <small>картофель св, морковь св, лук репка, фасоль, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-77, Б-2, Ж-4, Угл-9, С-3	4-83
50	Котлеты сельские с мясом <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-139, Б-9, Ж-11, Угл-2	22-20
110	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-3, Ж-3, Угл-29	7-77
50	Соус Молочный <small>молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-4, Угл-4	3-86
150	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	3-53
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-70
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-57
Итого за Обед			47-87
<u>Полдник</u>			
50	Крендель Праздничный сдобный <small>мука в/с, яйцо столовое, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, дрожжи сух, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-143, Б-4, Ж-3, Угл-25	5-37
153	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-82, Б-4, Ж-4, Угл-7, С-1	9-95
Итого за Полдник			15-32
<u>Ужин</u>			
20	Яблоки печеные (дольки) без сахара <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-10, Угл-2	5-51
110	Запеканка Северная творожно - манная <small>творог свежий 9%, манка, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-221, Б-16, Ж-10, Угл-16	25-84
50	Подливка сгущенно-ванильная <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-107, Б-2, Ж-4, Угл-16	9-93
180	Чай без сахара		0-09
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-28
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-57
Итого за Ужин			44-22
Итого за день			126-71