

**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 Ячневая или Пшеничная молочная</b> <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-168, Б-6, Ж-7, Угл-21, С-1	<b>11-44</b>
180	<b>Каша Ячневая или Полтавская или Пшеничная (диета, без молока)</b> <small>ячневая, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-103, Б-2, Ж-3, Угл-18	<b>4-08</b>
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	<b>3-87</b>
180	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-14, С-1	<b>8-42</b>
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	<b>1-14</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-488, Б-14, Ж-17, Угл-68, С-1	<b>14-23</b>
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Икра морковная или свекольная</b> <small>морковь св, лук репка, масло растительное, сахар-песок</small>	ККАЛ-33, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-1	<b>3-45</b>
180	<b>Кулеш с птицей</b> <small>куры-бройлеры (цыпленок), пшено шлифованное, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-102, Б-5, Ж-5, Угл-10, С-1	<b>6-39</b>
70	<b>Голубцы быстрые из мяса</b> <small>капуста белокачанная св, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, рис, масло сливочное 72,5%, масло растительное, яйцо столовое, соль йодированная</small>	ККАЛ-139, Б-7, Ж-11, Угл-5, С-6	<b>19-99</b>
130	<b>Гарнир каша перловая рассыпчатая</b> <small>перловая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-153, Б-4, Ж-3, Угл-28	<b>4-61</b>
50	<b>Соус Томат</b> <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	<b>1-64</b>
180	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-62, Угл-15	<b>4-30</b>
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	<b>2-16</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>1-26</b>
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-635, Б-20, Ж-23, Угл-87, С-9	<b>28-76</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
41	<b>Пряники</b>	ККАЛ-142, Б-3, Ж-2, Угл-32	<b>7-42</b>
180	<b>Кисель из смородины красной</b> <small>смородина красная св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-49, Угл-12, С-3	<b>5-83</b>
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-191, Б-3, Ж-2, Угл-44, С-3	<b>13-25</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
50	<b>Кукуруза порциями отварная</b>	ККАЛ-32, Б-1, Ж-1, Угл-6, С-1	<b>15-94</b>
150	<b>Запеканка печени с рисом</b> <small>печень говяжья отечественная, лук репка, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-225, Б-19, Ж-8, Угл-19, С-14	<b>37-96</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	<b>0-83</b>
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	<b>1-48</b>
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	<b>2-36</b>
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-379, Б-24, Ж-9, Угл-51, С-15	<b>95-65</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 693, Б-61, Ж-51, Угл-251, С-28	<b>153-99</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 Ячневая или Пшеничная молочная</b> <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17, С-1	9-49
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	3-87
180	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-14, С-1	8-29
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	1-49
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>17-14</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Икра морковная или свекольная</b> <small>морковь св, лук репка, масло растительное, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Ж-1, Угл-3, С-1	2-06
150	<b>Кулеши с птицей</b> <small>куры-бройлеры (цыпленок), пшено шлифованное, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-85, Б-4, Ж-4, Угл-8	5-52
50	<b>Голубцы быстрые из мяса</b> <small>капуста белокочанная св, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, рис, масло сливочное 72,5%, масло растительное, яйцо столовое, соль йодированная</small>	ККАЛ-100, Б-5, Ж-8, Угл-4, С-5	14-27
110	<b>Гарнир каша перловая рассыпчатая</b> <small>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-130, Б-3, Ж-2, Угл-23	3-95
50	<b>Соус Томат</b> <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-70
150	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	3-60
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-48
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-25
<b>Итого за Обед</b>			<b>31-02</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
41	<b>Пряники</b>	ККАЛ-142, Б-3, Ж-2, Угл-32	7-43
150	<b>Кисель из смородины красной</b> <small>смородина красная св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-41, Угл-10, С-3	4-88
<b>Итого за Полдник</b>			<b>12-31</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
30	<b>Кукуруза порциями отварная</b>	ККАЛ-19, Б-1, Угл-3, С-1	9-56
130	<b>Запеканка печени с рисом</b> <small>печень говяжья отечественная, лук репка, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-195, Б-17, Ж-7, Угл-17, С-12	32-82
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-72
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-11
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-35
<b>Итого за Ужин</b>			<b>44-79</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-26</b>