

## 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 Рисовая молочная</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-165, Б-5, Ж-7, Угл-21, С-1	14-38
180	<b>Каша рисовая (диета, без молока)</b> <small>рис, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-112, Б-2, Ж-3, Угл-20	7-12
11	<b>Повидло фруктовое</b>	ККАЛ-27, Угл-7	1-91
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	9-85
180	<b>Чай русский</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	0-92
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-59
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-517, Б-13, Ж-14, Угл-85, С-1	37-77
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-63
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-63
<b><u>Обед</u></b>			
50	<b>Икра свекольная с чесноком</b> <small>свекла св, лук репка, масло растительное, сахар-песок, чеснок св</small>	ККАЛ-51, Б-1, Ж-3, Угл-5, С-1	3-98
180	<b>Суп овощной с фасолью</b> <small>картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, фасоль, масло растительное, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-63, Б-1, Ж-3, Угл-7, С-8	6-05
70	<b>Котлета мясо-капустная</b> <small>капуста белокочанная св, свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сахар паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-166, Б-8, Ж-11, Угл-9, С-4	22-10
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	1-30
130	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-171, Б-5, Ж-3, Угл-31	6-38
180	<b>Компот из кураги</b> <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-48, Б-1, Угл-11	5-16
30	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-49
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-94
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-634, Б-20, Ж-22, Угл-88, С-14	49-40
<b><u>Полдник</u></b>			
20	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-13, Угл-3	6-71
30	<b>Печенье</b>	ККАЛ-122, Б-2, Ж-3, Угл-22	5-07
200	<b>Кисель из сока фруктового</b> <small>сок фруктовый, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-105, Б-1, Угл-25, С-2	10-67
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-241, Б-3, Ж-3, Угл-50, С-3	22-45
<b><u>Ужин</u></b>			
130	<b>Мясные рулетики</b> <small>мука в/с, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-322, Б-14, Ж-17, Угл-28, С-1	36-51
50	<b>Соус Молочный</b> <small>молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-4, Угл-4	3-67
200	<b>Чай французский</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-75
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-66
25	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-94
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-501, Б-19, Ж-22, Угл-58, С-1	44-53
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 919, Б-55, Ж-61, Угл-287, С-45	156-78

## 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>			
149	<b>Каша Рисовая молочная</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-4, Ж-5, Угл-18, С-1	11-86
11	<b>Повидло фруктовое</b>	ККАЛ-27, Угл-7	1-92
170	<b>Какао на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-93, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	8-86
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-99
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>25-63</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-68
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>2-68</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Икра свекольная с чесноком</b> <small>свекла св, лук репка, масло растительное, сахар-песок, чеснок св</small>	ККАЛ-30, Ж-2, Угл-3, С-1	2-40
150	<b>Суп овощной с фасолью</b> <small>картофель св, капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, фасоль, масло растительное, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-52, Б-1, Ж-3, Угл-6, С-7	4-75
50	<b>Котлета мясо-капустная</b> <small>капуста белокочанная св, свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-6, Ж-8, Угл-6, С-3	16-77
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	1-30
110	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-46
150	<b>Компот из кураги</b> <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	4-33
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-66
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-56
<b>Итого за Обед</b>			<b>38-23</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
25	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-17, Угл-4, С-1	8-40
25	<b>Печенье</b>	ККАЛ-102, Б-2, Ж-2, Угл-18	4-23
150	<b>Кисель из сока фруктового</b> <small>сок фруктовый, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-79, Угл-19, С-2	7-94
<b>Итого за Полдник</b>			<b>20-57</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
110	<b>Мясные рулетики</b> <small>мука в/с, свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-273, Б-12, Ж-15, Угл-23	30-40
50	<b>Соус Молочный</b> <small>молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-56, Б-2, Ж-4, Угл-4	3-37
180	<b>Чай французский</b> <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-64
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-25
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-55
<b>Итого за Ужин</b>			<b>37-21</b>
<b>Итого за день</b>			<b>126-32</b>

Заведующий  
МБДОУ \_\_\_\_\_