

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 Геркулес молочная <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-5, Угл-18	8-15
180	Каша геркулес (диета, без молока) <small>геркулес, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-119, Б-3, Ж-4, Угл-18	4-36
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-87
180	Чай Братский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11	5-65
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-73
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-34
Итого за Завтрак			26-10
<u>Обед</u>			
180	Суп рыбный (консервы) <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь св, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, лавровый лист</small>	ККАЛ-131, Б-4, Ж-8, Угл-11, С-5	12-80
70	Котлеты по-Хлыновски с мясом <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, картофель св, лук репка, яйцо столовое, мука в/с, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-11, Ж-12, Угл-7, С-1	28-91
130	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка ядрица, соль йодированная</small>	ККАЛ-150, Б-6, Ж-2, Угл-28	3-11
50	Соус Красный <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	1-26
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	2-42
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-85
Итого за Обед			55-98
<u>Полдник</u>			
50	Сдобный Зайчик в сахаре <small>мука в/с, сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-155, Б-5, Ж-2, Угл-30	3-95
175	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-93, Б-5, Ж-5, Угл-8, С-1	32-77
167	Сок фруктовый(диета)	ККАЛ-77, Б-1, Угл-17, С-3	19-38
Итого за Полдник			56-10
<u>Ужин</u>			
50	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-34, Угл-8, С-1	14-27
126	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-253, Б-18, Ж-12, Угл-19	74-47
50	Соус ваниль молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-3, Угл-8	4-58
50	Котлеты или биточки с мясом "Особые"(диета) <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари панирюв., яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-7, Ж-9, Угл-8	19-84
100	Картофель отварной с зеленью(диета) <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-85, Б-2, Ж-2, Угл-15, С-8	5-34
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-82
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-62
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-85
Итого за Ужин			122-79
Итого за день			153-97

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 Геркулес молочная <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-117, Б-4, Ж-5, Угл-15	6-84
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-66
180	Чай Братский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11	5-71
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-78
Итого за Завтрак			18-99
<u>Обед</u>			
150	Суп рыбный (консервы) <small>картофель св, консерва сайра в/м, морковь св, лук репка, масло растительное, рис, соль йодированная, лавровый лист</small>	ККАЛ-109, Б-4, Ж-7, Угл-9, С-4	10-71
50	Котлеты по-Хлыновски с мясом <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, картофель св, лук репка, яйцо столовое, мука в/с, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-127, Б-8, Ж-9, Угл-5, С-1	20-70
110	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка ядрица, соль йодированная</small>	ККАЛ-127, Б-5, Ж-1, Угл-23	2-64
50	Соус Красный <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	1-34
150	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	4-71
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-61
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-48
Итого за Обед			43-19
<u>Полдник</u>			
50	Сдобный Зайчик в сахаре <small>мука в/с, сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-155, Б-5, Ж-2, Угл-30	4-21
146	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-78, Б-4, Ж-4, Угл-6, С-1	27-28
Итого за Полдник			31-49
<u>Ужин</u>			
30	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5, С-1	8-56
105	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-211, Б-15, Ж-10, Угл-16	62-74
50	Соус ваниль молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-3, Угл-8	4-58
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-75
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-21
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-48
Итого за Ужин			79-32
Итого за день			126-99

Заведующий
МБДОУ _____