

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>			
185	Каша Ячневая или Пшеничная молочная <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-7, Угл-22, С-1	14-64
185	Каша Ячневая или Полтавская или Пшеничная (диета, без молока) <small>ячневая, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-106, Б-2, Ж-3, Угл-18	4-85
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-73
180	Кофейный напиток Бодрость <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, ванилин</small>	ККАЛ-101, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1	9-63
180	Чай с сахаром(диета) <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-73
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-47
Итого за Завтрак			38-05
<u>Обед</u>			
50	Икра морковная или свекольная <small>морковь св, лук репка, масло растительное, сахар-песок</small>	ККАЛ-33, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-1	4-85
180	Суп картофельный с крупой <small>картофель св, морковь св, лук репка, геркулес, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-83, Б-2, Ж-4, Угл-11, С-5	5-65
70	Биточки детские из мяса <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-185, Б-10, Ж-13, Угл-7	31-39
130	Горох отварной с маслом <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-161, Б-10, Ж-4, Угл-22	6-66
180	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-53, Угл-13	2-84
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-52
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-89
Итого за Обед			55-80
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Ёжик <small>мука в/с, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-148, Б-5, Ж-3, Угл-26	5-70
177	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-95, Б-5, Ж-5, Угл-8, С-1	11-53
200	Чай вишневый (диета) <small>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</small>	ККАЛ-47, Угл-12, С-1	2-66
Итого за Полдник			19-89
<u>Ужин</u>			
30	Яблоки печеные с ягодой б/с (дольки) <small>яблоки свежие, вишня б/к св/мор</small>	ККАЛ-14, Угл-3, С-1	9-24
132	Суфле творожное "Каспер" <small>морковь св, творог свежий 9%, яйцо столовое, манка, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-185, Б-11, Ж-8, Угл-18, С-1	24-66
70	Котлеты или биточки с мясом (диета) <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, сахар панирова., яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-191, Б-11, Ж-13, Угл-8	31-81
130	Картофель отварной с луком, маслом (диета) <small>картофель св, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-3, Ж-4, Угл-21, С-12	15-86
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	5-62
200	Чай без сахара		0-10
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-69
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-89
Итого за Ужин			90-87
Итого за день			153-61

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 Ячневая или Пшеничная молочная <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17, С-1	11-61
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-73
170	Кофейный напиток Бодрость <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, ванилин</small>	ККАЛ-95, Б-4, Ж-4, Угл-12, С-1	8-90
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-90
Итого за Завтрак			28-14
<u>Обед</u>			
30	Икра морковная или свекольная <small>морковь св, лук репка, масло растительное, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Ж-1, Угл-3, С-1	2-90
150	Суп картофельный с крупой <small>картофель св, морковь св, лук репка, геркулес, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-69, Б-1, Ж-3, Угл-9, С-4	4-71
50	Биточки детские из мяса <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-7, Ж-9, Угл-5	22-86
110	Горох отварной с маслом <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-3, Угл-19	5-61
150	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	2-36
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-51
Итого за Обед			41-63
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Ёжик <small>мука в/с, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-148, Б-5, Ж-3, Угл-26	5-22
133	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-71, Б-4, Ж-4, Угл-6, С-1	8-65
Итого за Полдник			13-87
<u>Ужин</u>			
30	Яблоки печеные с ягодой б/с (дольки) <small>яблоки свежие, вишня б/к св/мор</small>	ККАЛ-14, Угл-3, С-1	9-25
110	Суфле творожное "Каспер" <small>морковь св, творог свежий 9%, яйцо столовое, манка, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-154, Б-9, Ж-6, Угл-15, С-1	20-57
49	Соус ваниль молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-63, Б-2, Ж-3, Угл-8	5-60
180	Чай без сахара		0-09
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-27
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-51
Итого за Ужин			38-29
Итого за день			126-93