

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 Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-144, Б-5, Ж-5, Угл-19, С-1	11-74
180	Каша Манная (диета, без молока) <small>манка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-90, Б-2, Ж-2, Угл-15	4-76
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-49
180	Какао на молоке <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-98, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1	10-52
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-75
36	Батон белый	ККАЛ-93, Б-3, Ж-1, Угл-18	4-16
Итого за Завтрак		ККАЛ-486, Б-16, Ж-15, Угл-72, С-1	38-42
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-72
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-72
<u>Обед</u>			
50	Салат свекла с сыром <small>свекла св, сыр твердый, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-62, Б-3, Ж-4, Угл-3, С-1	8-75
180	Похлебка бобовая <small>картофель св, горох сухой, морковь св, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-128, Б-5, Ж-5, Угл-15, С-3	4-08
80	Котлета рыбная <small>горбуша с/з и/р, хлеб белый, лук репка, яйцо столовое, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-134, Б-14, Ж-6, Угл-7, С-1	47-75
80	Мясо тушеное(диета) <small>свинина п/ф, морковь св, лук репка, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-158, Б-12, Ж-12, Угл-3, С-1	28-95
130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34	9-55
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-57
180	Компот из яблок <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-31, Угл-7, С-1	3-95
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-51
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-97
Итого за Обед		ККАЛ-834, Б-41, Ж-33, Угл-96, С-6	109-08
<u>Полдник</u>			
60	Пирог Сладена <small>морковь св, сахар-песок, мука в/с, масло растительное, яйцо столовое, изюм, сметана 15%, соль йодированная, сода пищевая</small>	ККАЛ-208, Б-3, Ж-10, Угл-26	9-92
200	Кисель из брусники <small>брусника св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-53, Угл-13, С-1	10-05
Итого за Полдник		ККАЛ-261, Б-3, Ж-10, Угл-39, С-1	19-97
<u>Ужин</u>			
38	Груша запеченная (дольки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-34, Ж-1, Угл-1, С-2	22-54
190	Макаронны По - польски <small>макаронные изделия в/с, морковь св, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервы, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-257, Б-7, Ж-8, Угл-39, С-3	21-66
200	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-85
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-97
Итого за Ужин		ККАЛ-413, Б-10, Ж-10, Угл-66, С-5	48-70
Итого за день		ККАЛ-2 020, Б-69, Ж-67, Угл-280, С-40	153-89

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 Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16	9-57
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-49
180	Какао на молоке <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-98, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1	10-35
26	Батон белый	ККАЛ-67, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-97
Итого за Завтрак			29-38
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из шиповника <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-26	2-67
Итого за Завтрак 2			2-67
<u>Обед</u>			
30	Салат свекла с сыром <small>свекла св, сыр твердый, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-37, Б-2, Ж-3, Угл-2, С-1	4-91
150	Похлебка бобовая <small>картофель св, горох сухой, морковь св, лук репка, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-107, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-2	3-52
60	Котлета рыбная <small>горбуша с/с и/р, хлеб белый, лук репка, яйцо столовое, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-101, Б-10, Ж-4, Угл-5	36-43
110	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-3, Ж-3, Угл-29	8-20
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-55
150	Компот из яблок <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6	3-28
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-67
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-58
Итого за Обед			61-14
<u>Полдник</u>			
60	Пирог Сладена <small>морковь св, сахар-песок, мука в/с, масло растительное, яйцо столовое, изюм, сметана 15%, соль йодированная, сода пищевая</small>	ККАЛ-208, Б-3, Ж-10, Угл-26	9-69
150	Кисель из брусники <small>брусника св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-40, Угл-10, С-1	7-67
Итого за Полдник			17-36
<u>Ужин</u>			
23	Груша запеченная (дольки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-20, Ж-1, Угл-1, С-1	13-43
160	Макаронны По - польски <small>макаронные изделия в/с, морковь св, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервы, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-217, Б-6, Ж-7, Угл-33, С-2	18-04
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-72
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-25
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-58
Итого за Ужин			35-02
Итого за день			126-57

И.о. заведующей

о _____