

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 Рисовая молочная <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-165, Б-5, Ж-7, Угл-21, С-1	12-50
180	Каша рисовая (диета, без молока) <small>рис, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-112, Б-2, Ж-3, Угл-20	6-41
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-91
180	Чай карамель молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	6-83
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	3-51
Итого за Завтрак		ККАЛ-503, Б-12, Ж-17, Угл-75, С-1	33-89
<u>Обед</u>			
53	Салат свекла с сыром <small>свекла св, сыр твердый, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-65, Б-3, Ж-4, Угл-4, С-1	7-75
180	Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, озурцы консервированные, лук репка, перловка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-97, Б-2, Ж-5, Угл-12, С-4	10-56
72	Голубцы рубленые с птицей <small>капуста белокочанная св, куриная грудка, рис, лук репка, морковь св, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-76, Б-8, Ж-2, Угл-6, С-7	15-69
130	Пюре картофельное мягкое <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, Угл-16, С-8	11-99
180	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-53, Угл-13	2-76
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-53
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-93
Итого за Обед		ККАЛ-523, Б-20, Ж-16, Угл-74, С-21	53-21
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Сдобная <small>мука в/с, яйцо столовое, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-141, Б-4, Ж-3, Угл-24	4-82
198	Снежок	ККАЛ-151, Б-5, Ж-5, Угл-21, С-2	17-85
Итого за Полдник		ККАЛ-293, Б-9, Ж-8, Угл-45, С-2	22-67
<u>Ужин</u>			
30	Яблоки печеные с ягодой (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок, вишня б/к св/мор</small>	ККАЛ-22, Угл-5, С-2	9-19
130	Пудинг творожно-морковный <small>творог свежий 9%, морковь св, яйцо столовое, манка, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-246, Б-16, Ж-11, Угл-20, С-1	29-48
50	Соус крем -Брюле <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-71, Б-1, Ж-3, Угл-10	5-00
52	Биточки или котлеты кур (духовые)(диета) <small>куриная грудка, хлеб белый, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-83, Б-10, Ж-2, Угл-7	14-51
100	Макаронные изделия отварные с маслом(диета) <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-132, Б-4, Ж-2, Угл-24	4-16
200	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-40, Угл-10	1-04
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-69
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-94
Итого за Ужин		ККАЛ-684, Б-35, Ж-19, Угл-93, С-3	67-01
Итого за день		ККАЛ-2 003, Б-76, Ж-61, Угл-287, С-27	153-78

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 Рисовая молочная <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-4, Ж-5, Угл-18, С-1	10-25
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-91
180	Чай карамель молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1	6-64
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-92
Итого за Завтрак			23-72
<u>Обед</u>			
32	Салат свекла с сыром <small>свекла св, сыр твердый, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-39, Б-2, Ж-3, Угл-2, С-1	4-66
150	Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, озурцы консервированные, лук репка, перловка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-81, Б-1, Ж-4, Угл-10, С-4	9-03
52	Голубцы рубленые с птицей <small>капуста белокочанная св, куриная грудка, рис, лук репка, морковь св, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-55, Б-6, Ж-2, Угл-4, С-5	11-49
110	Пюре картофельное мягкое <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-99, Б-2, Ж-4, Угл-14, С-7	10-13
150	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	2-31
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-69
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-55
Итого за Обед			40-86
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Сдобная <small>мука в/с, яйцо столовое, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-141, Б-4, Ж-3, Угл-24	5-07
149	Снежок	ККАЛ-114, Б-4, Ж-4, Угл-16, С-1	13-39
Итого за Полдник			18-46
<u>Ужин</u>			
20	Яблоки печеные с ягодой (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок, вишня б/к св/мор</small>	ККАЛ-15, Угл-3, С-1	6-13
111	Пудинг творожно-морковный <small>творог свежий 9%, морковь св, яйцо столовое, манка, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-210, Б-14, Ж-10, Угл-17, С-1	25-09
50	Соус крем -Брюле <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-71, Б-1, Ж-3, Угл-10	4-96
180	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	0-87
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-27
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-55
Итого за Ужин			39-87
Итого за день			126-91