

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	14-44
180	Каша Ячневая или Полтавская или Пшеничная (диета, без молока) <small>ячневая, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-103, Б-2, Ж-3, Угл-18	4-47
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-57
180	Кофейный напиток Бодрость <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, ванилин</small>	ККАЛ-101, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1	9-54
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-70
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-40
Итого за Завтрак			37-12
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый	ККАЛ-46, Б-1, Угл-10, С-2	7-20
Итого за Завтрак 2			7-20
<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	4-53
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	3-97
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	29-69
130	Горох отварной с маслом <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-161, Б-10, Ж-4, Угл-22	6-53
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	2-57
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-89
Итого за Обед			51-94
<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	5-16
215	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-115, Б-6, Ж-6, Угл-9, С-1	13-95
200	Чай яблочный (диета) <small>яблоки свежие, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	2-18
Итого за Полдник			21-29
<u>Ужин</u>			
23	Яблоки печеные (дольки) без сахара <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-11, Угл-2, С-1	5-13
133	Запеканка творожно - вермишелевая <small>творог свежий 9%, макаронные изделия в/с, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сухари паниров., сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-226, Б-12, Ж-7, Угл-29	18-93
60	Котлеты или биточки с мясом "Особые"(диета) <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-164, Б-9, Ж-10, Угл-9	23-53
120	Макаронные изделия отварные с маслом (диета) <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-158, Б-5, Ж-3, Угл-29	5-65
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	5-42
200	Чай без сахара		0-08
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-71
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-88
Итого за Ужин			62-33
Итого за день			156-88

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	11-18
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-57
170	Кофейный напиток Бодрость <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, ванилин</small>	ККАЛ-95, Б-4, Ж-4, Угл-12, С-1	8-89
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-83
Итого за Завтрак			27-47
<u>Завтрак 2</u>			
100	Сок фруктовый	ККАЛ-46, Б-1, Угл-10, С-2	7-20
Итого за Завтрак 2			7-20
<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	2-67
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	3-23
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	22-09
110	Горох отварной с маслом <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-3, Угл-19	5-52
150	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	2-21
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-71
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-51
Итого за Обед			38-94
<u>Полдник</u>			
50	Булочка Ёжик <small>мука в/с, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, ароматизатор сух, соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-148, Б-5, Ж-3, Угл-26	5-66
161	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-86, Б-4, Ж-5, Угл-7, С-1	10-47
Итого за Полдник			16-13
<u>Ужин</u>			
23	Яблоки печеные (дольки) без сахара <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-11, Угл-2, С-1	5-13
113	Запеканка творожно - вермишелевая <small>творог свежий 9%, макаронные изделия в/с, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сухари паниров., сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-192, Б-10, Ж-6, Угл-24	16-47
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	5-28
180	Чай без сахара		0-10
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-28
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-50
Итого за Ужин			29-76
Итого за день			126-50