

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	Суп молочный с крупой <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-5, Ж-6, Угл-16, С-1	11-32
180	Каша пшениная (диета, без молока) <small>пшено шлифованное, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-3, Ж-4, Угл-19	6-28
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-50
180	Чай Братский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11	6-40
180	Чай с шиповником(диета) <small>шиповник сухой, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-25, Угл-6, С-22	1-93
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-32
Итого за Завтрак			35-75
<u>Обед</u>			
50	Икра овощная <small>морковь св, свекла св, лук репка, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная, сахар-песок</small>	ККАЛ-46, Б-1, Ж-3, Угл-4, С-1	4-12
180	Суп Водяной (морская капуста) <small>картофель св, яйцо столовое, капуста морская св/мор, лук репка, сметана 15%, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-105, Б-3, Ж-6, Угл-10, С-5	10-65
80	Суфле из кур <small>куры-бройлеры (цыпляенок), яйцо столовое, рис, сыр твердый (типа голландского), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-126, Б-18, Ж-4, Угл-6, С-1	27-76
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	11-10
180	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко <small>ягодно фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Угл-9, С-5	5-67
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-59
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	2-00
Итого за Обед			63-89
<u>Полдник</u>			
50	Творожная булочка <small>мука в/с, творог свежий, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-141, Б-6, Ж-3, Угл-23	7-60
200	Кисель из облепихи <small>облепиха св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-58, Ж-1, Угл-13, С-12	6-45
Итого за Полдник			14-05
<u>Ужин</u>			
65	Печень в соусе молочном <small>печень говядья отечественная, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-105, Б-9, Ж-6, Угл-5, С-6	20-15
130	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка ядрица, соль йодированная</small>	ККАЛ-150, Б-6, Ж-2, Угл-28	3-21
200	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-78
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-73
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	2-00
Итого за Ужин			27-87
Итого за день			156-56

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	Суп молочный с крупой <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-4, Ж-5, Угл-14	8-83
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	6-50
150	Чай Братский <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-68, Б-2, Ж-2, Угл-10	4-75
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-76
Итого за Завтрак			22-84
<u>Завтрак 2</u>			
143	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-76, Б-4, Ж-4, Угл-6, С-1	9-29
Итого за Завтрак 2			9-29
<u>Обед</u>			
30	Икра овощная <small>морковь св, свекла св, лук репка, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная, сахар-песок</small>	ККАЛ-27, Ж-2, Угл-2, С-1	2-46
150	Суп Водяной (морская капуста) <small>картофель св, яйцо столовое, капуста морская св/мор, лук репка, сметана 15%, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, Угл-8, С-4	7-90
60	Суфле из кур <small>куры-бройлеры (цпыленок), яйцо столовое, рис, сыр твердый (типа голландского), масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-94, Б-13, Ж-3, Угл-4	21-16
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	8-75
150	Компот из смеси смородина, вишня, яблоко <small>ягодни фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-33, Угл-8, С-4	4-43
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-73
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-60
Итого за Обед			48-03
<u>Полдник</u>			
50	Творожная булочка <small>мука в/с, творог свежий, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-141, Б-6, Ж-3, Угл-23	7-60
150	Кисель из облепихи <small>облепиха св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-43, Ж-1, Угл-9, С-9	4-74
Итого за Полдник			12-34
<u>Ужин</u>			
54	Печень в соусе молочном <small>печень говяжья отечественная, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-87, Б-7, Ж-5, Угл-4, С-5	16-93
110	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка ядрица, соль йодированная</small>	ККАЛ-127, Б-5, Ж-1, Угл-23	2-72
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-71
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-30
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-60
Итого за Ужин			23-26
Итого за день			126-76