

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 Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-173, Б-5, Ж-7, Угл-23, С-1	13-75
185	Каша рисовая (диета, без молока) <small>рис, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-116, Б-2, Ж-3, Угл-20	6-78
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	4-39
180	Какао утренний аромат <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-90, Б-3, Ж-3, Угл-12	9-17
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	3-45
Итого за Завтрак			38-27
<u>Обед</u>			
180	Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, огурцы консервированные, лук репка, петрушка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лаверовый лист</small>	ККАЛ-97, Б-2, Ж-5, Угл-12, С-4	10-87
80	Пудинг из говядины <small>свинина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-241, Б-12, Ж-17, Угл-12	36-87
130	Макаронные изделия отварные с маслом <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-171, Б-5, Ж-3, Угл-31	6-08
50	Соус Томат <small>помид-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-52
180	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-48, Б-1, Угл-11	5-63
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-60
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-86
Итого за Обед			65-43
<u>Полдник</u>			
50	Ватрушка с повидлом <small>мука в/с, повидло фруктовое, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин</small>	ККАЛ-138, Б-4, Ж-2, Угл-27	5-29
182	Снежок	ККАЛ-139, Б-5, Ж-5, Угл-20, С-2	16-36
200	Чай с лимоном(диета) <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7, С-1	2-03
Итого за Полдник			23-68
<u>Ужин</u>			
25	Яблоки печеные (дольки) без сахара <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-12, Угл-3, С-1	5-47
130	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-182, Б-10, Ж-8, Угл-18, С-1	23-36
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	5-38
60	Котлеты или биточки с мясом(диета) <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, хлеб белый, сахар панирок, яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-163, Б-9, Ж-11, Угл-7	25-11
110	Картофель отварной с луком(диета) <small>картофель св, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-97, Б-2, Ж-3, Угл-16, С-8	9-85
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-70
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-73
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-86
Итого за Ужин			73-46
Итого за день			153-84

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 Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-4, Ж-5, Угл-18, С-1	8-81
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-97
170	Какао утренний аромат <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-11	8-14
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-88
Итого за Завтрак			23-80
<u>Обед</u>			
150	Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, огурцы 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	9-35
60	Пудинг из говядины <small>свирина п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-181, Б-9, Ж-13, Угл-9	26-74
110	Макаронные изделия отварные с маслом <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	5-15
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-50
150	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	4-69
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-74
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-49
Итого за Обед			50-66
<u>Полдник</u>			
50	Ватрушка с повидлом <small>мука в/с, повидло фруктовое, яйцо столовое, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин</small>	ККАЛ-138, Б-4, Ж-2, Угл-27	6-24
136	Снежок	ККАЛ-104, Б-4, Ж-3, Угл-15, С-1	12-27
Итого за Полдник			18-51
<u>Ужин</u>			
25	Яблоки печеные (дольки) без сахара <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-12, Угл-3, С-1	5-46
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	19-98
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	4-58
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-73
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-30
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-49
Итого за Ужин			33-54
Итого за день			126-51