

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 Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-148, Б-5, Ж-5, Угл-20, С-1	11-99
185	Каша Манная (диета, без молока) <small>манка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-92, Б-2, Ж-3, Угл-16	4-86
10	Повидло фруктовое	ККАЛ-25, Угл-7	1-70
180	Кофейный напиток шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	8-45
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-56
Итого за Завтрак		ККАЛ-429, Б-12, Ж-12, Угл-69, С-1	30-56
<u>Обед</u>			
50	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-5, Угл-1, С-1	20-07
180	Суп фасолевый <small>картофель св, морковь св, лук репка, фасоль, масло растительное, соль йодированная, зелень сушая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-92, Б-3, Ж-4, Угл-11, С-4	7-42
180	Плов с мясом <small>свинина п/ф, рис, лук репка, морковь св, томат-паста, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-389, Б-14, Ж-21, Угл-36, С-1	38-98
180	Компот из смородины красной <small>смородина красная св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-41, Угл-10, С-5	7-22
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-44
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-91
Итого за Обед		ККАЛ-641, Б-21, Ж-26, Угл-82, С-11	78-04
<u>Полдник</u>			
45	Пряники	ККАЛ-156, Б-3, Ж-2, Угл-35	8-12
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, Угл-20, С-4	14-68
Итого за Полдник		ККАЛ-248, Б-4, Ж-2, Угл-55, С-4	22-80
<u>Ужин</u>			
188	Макароны отварные с сыром <small>макаронные изделия в/с, сыр твердый, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-276, Б-10, Ж-8, Угл-42	17-56
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7, С-1	2-29
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-62
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, Угл-10	2-30
Итого за Ужин		ККАЛ-403, Б-13, Ж-8, Угл-69, С-1	23-77
Итого за день		ККАЛ-1 721, Б-50, Ж-48, Угл-274, С-17	153-17

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	9-56
10	Повидло фруктовое	ККАЛ-25, Угл-7	1-69
170	Кофейный напиток шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11	7-93
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-96
Итого за Завтрак			22-14
<u>Обед</u>			
30	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-3, С-1	12-04
150	Суп фасолевый <small>картофель св, морковь св, лук репка, фасоль, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-77, Б-2, Ж-4, Угл-9, С-3	6-36
160	Плов с мясом <small>свинина п/ф, рис, лук репка, морковь св, томат-паста, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-346, Б-12, Ж-19, Угл-32, С-1	34-64
150	Компот из смородины красной <small>смородина красная св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-34, Угл-9, С-4	5-98
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-63
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Обед			62-18
<u>Полдник</u>			
45	Пряники	ККАЛ-156, Б-3, Ж-2, Угл-35	8-12
150	Сок фруктовый	ККАЛ-69, Б-1, Угл-15, С-3	11-01
Итого за Полдник			19-13
<u>Ужин</u>			
159	Макароны отварные с сыром <small>макаронные изделия в/с, сыр твердый, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-234, Б-8, Ж-6, Угл-35	14-77
180	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-1	2-07
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-62
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Ужин			19-99
Итого за день			126-44

Заведующий
МБДОУ _____