

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	15-31
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	15-31
11	Сыр твердый	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	6-50
180	Чай вишневый <small>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</small>	ККАЛ-42, Угл-10, С-1	7-29
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-45
Итого за Завтрак		ККАЛ-431, Б-12, Ж-13, Угл-66, С-1	47-86
<u>Обед</u>			
180	Суп Волна <small>картофель св, морковь св, яйцо столовое, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-97, Б-3, Ж-5, Угл-9, С-5	9-47
190	Бигос с курицей <small>капуста белокочанная св, кури-бройлеры (цыпленок), лук репка, морковь св, томат-паста, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-122, Б-16, Ж-3, Угл-8, С-27	27-44
180	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-62, Угл-15	4-32
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-52
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-92
Итого за Обед		ККАЛ-394, Б-23, Ж-9, Угл-56, С-32	45-67
<u>Полдник</u>			
25	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-17, Угл-4, С-1	0-67
30	Печенье	ККАЛ-122, Б-2, Ж-3, Угл-22	4-57
200	Кисель из смородины красной <small>смородина красная св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-55, Угл-14, С-4	11-53
Итого за Полдник		ККАЛ-194, Б-2, Ж-3, Угл-40, С-4	16-77
<u>Ужин</u>			
190	Макароны По - польски <small>макаронные изделия в/с, морковь св, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервы, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-257, Б-7, Ж-8, Угл-39, С-3	21-65
200	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-40, Угл-10	1-05
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-92
Итого за Ужин		ККАЛ-387, Б-10, Ж-9, Угл-67, С-3	26-30
Итого за день		ККАЛ-1 406, Б-47, Ж-34, Угл-229, С-41	153-60

Заведующий
МБДОУ _____

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	12-76
11	Сыр твердый	ККАЛ-34, Б-3, Ж-3	4-96
170	Чай вишневый <small>сахар-песок, вишня сухая, чай байховый</small>	ККАЛ-40, Угл-10	6-89
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-88
Итого за Завтрак		ККАЛ-276, Б-9, Ж-9, Угл-40, С-1	27-49
<u>Обед</u>			
150	Суп Волна <small>картофель св, морковь св, яйцо столовое, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-81, Б-2, Ж-5, Угл-8, С-4	7-90
160	Бигос с курицей <small>капуста белокачанная св, кури-бройлеры (цыпленок), лук репка, морковь св, томат-паста, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-103, Б-13, Ж-2, Угл-7, С-23	22-87
150	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	3-60
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Обед		ККАЛ-316, Б-18, Ж-7, Угл-44, С-27	37-58
<u>Полдник</u>			
20	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-13, Угл-3	0-67
25	Печенье	ККАЛ-102, Б-2, Ж-2, Угл-18	4-57
150	Кисель из смородины красной <small>смородина красная св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-41, Угл-10, С-3	8-65
Итого за Полдник		ККАЛ-156, Б-2, Ж-2, Угл-32, С-3	13-89
<u>Ужин</u>			
160	Макароны По - польски <small>макаронные изделия в/с, морковь св, масло сливочное 72,5%, горошек зеленый консервы, лук репка, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-217, Б-6, Ж-7, Угл-33, С-2	19-25
180	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	0-95
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-26
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Ужин		ККАЛ-322, Б-8, Ж-7, Угл-56, С-2	22-99
Итого за день		ККАЛ-1 070, Б-38, Ж-26, Угл-172, С-34	126-95