

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 Ячневая или Пшеничная молочная <small>ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-168, Б-6, Ж-7, Угл-21, С-1	11-56
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	4-01
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-86
180	Какао восточная карамель <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-98, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1	8-93
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-75
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15	3-39
Итого за Завтрак		ККАЛ-505, Б-14, Ж-17, Угл-74, С-1	32-50
<u>Завтрак 2</u>			
100	Компот из консервированных плодов <small>компот фруктовый, сахар-песок</small>	ККАЛ-31, Угл-8, С-2	8-82
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-31, Угл-8, С-2	8-82
<u>Обед</u>			
180	Суп вермишелевый с курицей <small>картофель св, кури-бройлеры (цпленок), морковь св, макаронные изделия в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-116, Б-4, Ж-6, Угл-11, С-3	8-37
70	Биточки натуральные мясные <small>говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, лук репка, яйцо столовое, сухари панирюв., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-216, Б-13, Ж-17, Угл-4	36-34
130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34	8-63
50	Соус Томат <small>помат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-62
180	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-53, Угл-13	2-77
30	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-70, Б-2, Угл-15	2-46
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-89
Итого за Обед		ККАЛ-706, Б-25, Ж-29, Угл-88, С-4	62-08
<u>Полдник</u>			
51	Песочная лепешка <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, сода пищевая, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-198, Б-4, Ж-8, Угл-29	11-47
200	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-107, Б-5, Ж-6, Угл-9, С-1	13-00
167	Сок фруктовый(диета)	ККАЛ-77, Б-1, Угл-17, С-3	18-09
Итого за Полдник		ККАЛ-382, Б-10, Ж-13, Угл-54, С-4	42-56
<u>Ужин</u>			
32	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-22, Угл-5, С-1	9-56
131	Сырники творожные пластовые <small>творог свежий, сахар, манка, мука, яйцо, сметана 15%, масло растительное, соль, ванилин</small>	ККАЛ-311, Б-22, Ж-11, Угл-30	36-97
60	Котлеты или биточки с мясом "Особые"(диета) <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, сухари панирюв., яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-164, Б-9, Ж-10, Угл-9	23-64
110	Картофель отварной с зеленью(диета) <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-94, Б-2, Ж-2, Угл-16, С-9	8-28
49	Подливка из сгущенного молока	ККАЛ-116, Б-3, Ж-3, Угл-20	10-37
200	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7, С-1	2-09
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-65
25	Хлеб ржаной	ККАЛ-43, Б-2, Угл-8	1-89
Итого за Ужин		ККАЛ-824, Б-39, Ж-27, Угл-106, С-11	94-45
Итого за день		ККАЛ-2 449, Б-89, Ж-86, Угл-329, С-23	153-41

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	9-71
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-90
150	Какао восточная карамель <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-82, Б-3, Ж-3, Угл-11	7-62
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13	2-83
Итого за Завтрак			24-06
<u>Обед</u>			
150	Суп вермишелевый с курицей <small>картофель св, кури-бройлеры (цыпленок), морковь св, макаронные изделия в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-97, Б-3, Ж-5, Угл-9, С-3	7-06
50	Биточки натуральные мясные <small>говядина односортовая для руб, изделий, свинина мясная п/ф, лук репка, яйцо столовое, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-154, Б-10, Ж-12, Угл-3	26-37
110	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-3, Ж-3, Угл-29	7-34
50	Соус Томат <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2	1-72
150	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	2-31
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-64
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-51
Итого за Обед			47-95
<u>Полдник</u>			
51	Песочная лепешка <small>мука в/с, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, сода пищевая, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-198, Б-4, Ж-8, Угл-29	11-15
167	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-89, Б-5, Ж-5, Угл-7, С-1	10-83
Итого за Полдник			21-98
<u>Ужин</u>			
20	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-13, Угл-3	5-86
111	Сырники творожные пластовые <small>творог свежий, сахар, манка, мука, яйцо, сметана 15%, масло растительное, соль, ванилин</small>	ККАЛ-263, Б-19, Ж-9, Угл-26	30-86
49	Подливка из сгущенного молока	ККАЛ-116, Б-3, Ж-3, Угл-20	10-37
180	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-26, Угл-6, С-1	1-84
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7	1-24
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-51
Итого за Ужин			51-68
Итого за день			126-67

Заведующий
МБДОУ _____