

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Каша Ячневая или Пшеничная молочная ячневая, молока сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17, С-1
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
180	Чай карамель молочная молоко сухое 25%, сахар-песок, чай биологический	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1
Итого за Завтрак		ККАЛ-346, Б-12, Ж-15, Угл-40, С-1
Завтрак 2		
130	Компот из облепихи облепиха св.мор., сахар-песок	ККАЛ-32, Ж-1, Угл-7, С-10
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-32, Ж-1, Угл-7, С-10
Обед		
30	Икра свекольная с луком свекла св., лук репка, масло растительное, сахар-песок, соль поваренная, чеснок св.	ККАЛ-20, Ж-1, Угл-3, С-1
150	Суп овощной картофель св., капуста белокачанная св., морковь св., лук репка, горошек зеленый консервы, сметана 15%, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-59, Б-1, Ж-3, Угл-6, С-5
60	Котлеты Летние из говядины мякнина односортовая для руб. изделий, свинина п.ф., лук репка, гречка ядрица, сухари паниров., масло растительное, соль поваренная	ККАЛ-159, Б-8, Ж-11, Угл-7
40	Соус Томат пюре-паста, мука в.с. масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-25, Ж-2, Угл-2
110	Картофель отварной с маслом картофель св. масло сливочное 72,5%, соль поваренная, чеснок св.	ККАЛ-93, Б-2, Ж-2, Угл-16, С-9
150	Напиток из вишни, изюма сахар-песок, вишня сухая, изюм	ККАЛ-57, Угл-14
21	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Обед		ККАЛ-487, Б-15, Ж-19, Угл-64, С-16
Полдник		
50	Булочка Сдобная мука в.с. яйцо столовое, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух., соль поваренная, ванилин	ККАЛ-141, Б-4, Ж-3, Угл-24
150	Кисель из смородины черной смородина черная св.мор., сахар-песок, крахмал, картофельный	ККАЛ-39, Угл-10, С-9
Итого за Полдник		ККАЛ-180, Б-4, Ж-3, Угл-33, С-9
Ужин		
70	Печень в соусе молочном печень говядины отечественная, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в.с. масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-113, Б-9, Ж-6, Угл-5, С-7
120	Гарнир каша рисовая рассыпчатая рис, масло сливочное 72,5%, соль поваренная	ККАЛ-163, Б-3, Ж-3, Угл-32
180	Чай русский сахар-песок, чай биологический	ККАЛ-36, Угл-9
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Ужин		ККАЛ-373, Б-15, Ж-9, Угл-58, С-7
Итого за день		ККАЛ-1419, Б-46, Ж-48, Угл-202, С-43

Заведующий
МБДОУ

меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каша Ячневая или Пшеничная молочная ячневая, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	ККАЛ-186, Б-6, Ж-7, Угл-23, С-1
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
200	Чай карамель молочная молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-101, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1
Итого за Завтрак		ККАЛ-442, Б-16, Ж-18, Угл-55, С-1
Завтрак 2		
150	Компот из облепихи облепиха св. мор., сахар-песок	ККАЛ-37, Ж-1, Угл-8, С-12
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-37, Ж-1, Угл-8, С-12
Обед		
50	Икра свекольная с луком свеколы св. лук репка, масло растительное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок св.	ККАЛ-34, Б-1, Ж-1, Угл-5, С-1
200	Суп овощной картофель св., капуста белокачанная св., морковь св. лук репка, горошек зеленый консервы, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-79, Б-2, Ж-4, Угл-8, С-7
10	Котлеты Летние из говядины говядина односортовая для руб. и котлет, свинина п.ф., лук репка, гречка ядрица, сырные панкров., масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-212, Б-11, Ж-15, Угл-9
40	Соус Томат томат-паста, лук в с., масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-25, Ж-2, Угл-2
130	Картофель отварной с маслом картофель св., масло сливочное 72,5%, соль йодированная, чеснок св.	ККАЛ-109, Б-3, Ж-3, Угл-19, С-10
200	Наниток из вишни, изюма сахар-песок, вишня сухая, изюм	ККАЛ-76, Угл-19, С-1
35	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-82, Б-3, Угл-17
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7
Итого за Обед		ККАЛ-651, Б-20, Ж-25, Угл-86, С-20
Полдник		
50	Булочка Сдобная мука в с., яйцо куриное, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух., соль йодированная, ванилин	ККАЛ-141, Б-4, Ж-3, Угл-24
200	Кисель из смородины черной смородина черная св. мор., сахар-песок, крахмал, картофельный	ККАЛ-52, Угл-13, С-12
Итого за Полдник		ККАЛ-193, Б-4, Ж-3, Угл-37, С-12
Ужин		
	Печень в соусе молочном печень говяжья отечественная, молоко сухое 25%, масло растительное, лук в с., масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-129, Б-11, Ж-7, Угл-6, С-8
130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34
200	Чай русский сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-40, Угл-10
25	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Ужин		ККАЛ-430, Б-17, Ж-10, Угл-67, С-8
Итого за день		ККАЛ-1753, Б-57, Ж-57, Угл-252, С-53

Исполняющий
МБДОУ