

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	мл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша Дружба (рис, пшено) <i>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-140, Б-4, Ж-5, Угл-18
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
180	Кофейный напиток Детский на молоке концентрированом <i>молоко концентрированное 0 с сахар-песок, кофейный напиток</i>	ККАЛ-61, Б-2, Ж-2, Угл-9
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
Итого за Завтрак		ККАЛ-317, Б-10, Ж-12, Угл-38
<u>Завтрак 2</u>		
130	Сок фруктовый	ККАЛ-60, Б-1, Угл-13
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-60, Б-1, Угл-13
<u>Обед</u>		
30	Салат яичный с огурцом <i>огурцы консервированные, яйца столовые, масло растительное</i>	ККАЛ-34, Б-2, Ж-3
150	Борщ Вегетарианский <i>свекла св. капуста белокочанная св. морковь св. лук репчат. сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-36, Б-1, Ж-2, Угл-1
60	Котлеты или биточки с мясом <i>говядина односортовая оля руб. и говяж., свиная мясная и ф. хлеб обдран, куриный папирот, яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль поваренная</i>	ККАЛ-163, Б-9, Ж-11, Угл-7
50	Соус Томат <i>томат-паста, мука в с. масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2
110	Пюре картофельное густое <i>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</i>	ККАЛ-97, Б-2, Ж-3, Угл-15
150	Напиток из шиповника <i>шиповник сухой, сахар-песок</i>	ККАЛ-39, Угл-9
21	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Обед		ККАЛ-475, Б-17, Ж-21, Угл-82
<u>Полдник</u>		
60	Пирог манный шоколадный <i>манка, масло растительное, мука в с. сахар-песок, сметана 15%, повидло фруктовое, какао-порошок, яйцо столовое, соль поваренная, слики пищевая, ванилин</i>	ККАЛ-212, Б-3, Ж-10, Угл-28
150	Кисель из вишни <i>вишня в к. св. мор. сахар-песок, крахмал, картофельный</i>	ККАЛ-41, Угл-10
Итого за Полдник		ККАЛ-253, Б-3, Ж-10, Угл-38
<u>Ужин</u>		
60	Тефтели рыбные с рисом <i>фарш из красной рыбы, лук репчат, рис, яйцо столовое, масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-98, Б-10, Ж-4, Угл-6
60	Пудинг из говядины <i>говядина односортовая оля руб. и говяж., рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-161, Б-8, Ж-11, Угл-8
50	Соус Красный <i>морковь св. лук репчат, мука в с. масло растительное, томат-паста, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2
110	Макаронные изделия отварные с маслом <i>макаронные изделия в с. масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26
180	Напиток из лимонов <i>лимон свежий, сахар-песок</i>	ККАЛ-38, 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-526, Б-24, Ж-19, Угл-63
Итого за день		ККАЛ-1 631, Б-55, Ж-62, Угл-204

меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. пер. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каша Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-187, Б-6, Ж-7, Угл-25
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
200	Кофейный напиток Детский на молоке концентрированном <small>молоко концентрированное с сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-68, Б-2, Ж-2, Угл-11
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Завтрак		ККАЛ-406, Б-13, Ж-15, Угл-54
Завтрак 2		
150	Сок фруктовый	ККАЛ-69, Б-1, Угл-15
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-69, Б-1, Угл-15
Обед		
50	Салат яичный с огурцом <small>огурцы консервированные, яйцо столовое, масло растительное</small>	ККАЛ-57, Б-3, Ж-5, Угл-1
200	Борщ Вегетарианский <small>свекла св. капуста белокачанная св. морковь св. лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-49, Б-1, Ж-2, Угл-5
80	Котлеты или биточки с мясом <small>говядина односортовая для рубл. и фрезей, свиная мякоть и фр. хлеб белый, сахар-песок, яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-218, Б-12, Ж-15, Угл-9
50	Соус Томат <small>томат-паста, лук реп. св. масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2
130	Пюре картофельное густое <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-115, Б-3, Ж-4, Угл-17
200	Напиток из шиповника <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-12
35	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-82, Б-3, Угл-17
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7
Итого за Обед		ККАЛ-638, Б-23, Ж-28, Угл-70
Полдник		
60	Пирог манный шоколадный <small>манка, масло растительное, мука в.с., сахар-песок, сметана 15%, повидло фруктовое, какао-порошок, яйцо столовое, соль поваренная, соевая пищевая, ванилин</small>	ККАЛ-212, Б-3, Ж-10, Угл-28
200	Кисель из вишни <small>вишня б.к. св. мор., сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-54, Угл-13
Итого за Полдник		ККАЛ-266, Б-3, Ж-10, Угл-41
Ужин		
80	Тефтели рыбные с рисом <small>фарш из красной рыбы, лук репка, рис, яйцо столовое, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-131, Б-14, Ж-5, Угл-8
80	Пудинг из говядины <small>свиная мякоть и фр. говядина односортовая для рубл. и фрезей, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-214, Б-10, Ж-15, Угл-10
50	Соус Красный <small>морковь св. лук репка, мука в.с., масло растительное, томат-паста, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2
130	Макаронные изделия отварные с маслом <small>макаронные изделия в.с., масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-171, Б-5, Ж-3, Угл-31
200	Напиток из лимонов <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-42, 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-666, Б-32, Ж-24, Угл-78
Итого за день		ККАЛ-2 045, Б-72, Ж-77, Угл-258