

## меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	н. п.п. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (м), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<b>Каша Рисовая молочная</b> <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль поваренная</i>	ККАЛ-137, Б-4, Ж-5, Угл-18
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3
10	<b>Сыр твердый</b>	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
180	<b>Какао напиток с молоком концентр.</b> <i>молоко концентрированное б.с., сахар-песок, какао-порошок</i>	ККАЛ-74, Б-3, Ж-3, Угл-10
15	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8
10	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-327, Б-11, Ж-13, Угл-39
<u>Завтрак 2</u>		
130	<b>Компот из абрикоса св/мор</b> <i>абрикосы б.к св.мор., сахар-песок</i>	ККАЛ-24, Угл-6
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-24, Угл-6
<u>Обед</u>		
30	<b>Салат яичный с луком</b> <i>яйцо столовое, лук репка, масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-57, Б-3, Ж-5
150	<b>Суп картофельный со сметаной</b> <i>картофель св., морковь св., лук репка, масло растительное, сметана 15%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-70, Б-1, Ж-3, Угл-9
60	<b>Кнели мясные с рисом</b> <i>говядина односортовая для руб. изделий, свиная мясная п.фр., рис, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, молоко сухое 25%, соль поваренная</i>	ККАЛ-177, Б-10, Ж-13, Угл-6
120	<b>Горох отварной с маслом</b> <i>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-149, Б-9, Ж-3, Угл-21
150	<b>Напиток из шиповника</b> <i>шиповник сухой, сахар-песок</i>	ККАЛ-39, Угл-9
21	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10
15	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-567, Б-26, Ж-24, Угл-60
<u>Полдник</u>		
50	<b>Сдобный Зайчик в сахаре</b> <i>мука в.с., сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух., соль поваренная, ванилин</i>	ККАЛ-174, Б-5, Ж-4, Угл-29
150	<b>Кисель из вишни</b> <i>вишня б.к св.мор., сахар-песок, крахмал, картофельный</i>	ККАЛ-41, Угл-10
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-215, Б-5, Ж-4, Угл-39
<u>Ужин</u>		
60	<b>Суфле из кур</b> <i>куриная грудка, яйцо столовое, рис, сыр твердый, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-94, Б-13, Ж-3, Угл-4
110	<b>Соус Томат</b> <i>томат-паста, мука в.с., масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-69, Б-1, Ж-5, Угл-5
110	<b>Картофель отварной с маслом</b> <i>картофель св., масло сливочное 72,5%, соль поваренная, чеснок св.</i>	ККАЛ-93, Б-2, Ж-2, Угл-16
180	<b>Компот из свежих фруктов</b> <i>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-36, Угл-9
15	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7
15	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-353, Б-18, Ж-10, Угл-46
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1486, Б-60, Ж-51, Угл-190

## меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	<b>Каша Рисовая молочная</b> <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль подпириванная</small>	ККАЛ-183, Б-6, Ж-7, Угл-24
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3
10	<b>Сыр твердый</b>	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
200	<b>Какао напиток с молоком концентр.</b> <small>молоко концентрированное б с, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-82, Б-3, Ж-3, Угл-11
25	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13
15	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-416, Б-14, Ж-16, Угл-53
<u>Завтрак 2</u>		
150	<b>Компот из абрикоса св/мор</b> <small>абрикос б к св мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-28, Угл-7
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-28, Угл-7
<u>Обед</u>		
60	<b>Салат яичный с луком</b> <small>яйцо столовое, лук репка, масло растительное, соль подпириванная</small>	ККАЛ-113, Б-6, Ж-9, Угл-1
200	<b>Суп картофельный со сметаной</b> <small>картофель св, морковь св, лук репка, масло растительное, сметана 15%, соль подпириванная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-94, Б-2, Ж-4, Угл-12
80	<b>Кнели мясные с рисом</b> <small>говядина односортовая бля руб, изобелый, свинина мясная п фр, рис, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, молоко сухое 25%, соль подпириванная</small>	ККАЛ-236, Б-13, Ж-17, Угл-8
130	<b>Горох отварной с маслом</b> <small>горох сухой, масло сливочное 72,5%, соль подпириванная</small>	ККАЛ-161, Б-10, Ж-4, Угл-22
200	<b>Напиток из шиповника</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-12
35	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-82, Б-3, Угл-17
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-772, Б-35, Ж-34, Угл-79
<u>Полдник</u>		
50	<b>Сдобный Зайчик в сахаре</b> <small>мука в с, сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрож жи сух, соль подпириванная, ванилин</small>	ККАЛ-174, Б-5, Ж-4, Угл-29
200	<b>Кисель из вишни</b> <small>вишня б к св мор, сахар-песок, крахмал, картофельный</small>	ККАЛ-54, Угл-13
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-228, Б-5, Ж-4, Угл-42
<u>Ужин</u>		
80	<b>Суфле из кур</b> <small>куриная грудка, яйцо столовое, рис, сыр твердый, масло сливочное 72,5%, соль подпириванная</small>	ККАЛ-126, Б-18, Ж-4, Угл-6
110	<b>Соус Томат</b> <small>томат-паста, мука в с, масло растительное, соль подпириванная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-69, Б-1, Ж-5, Угл-5
130	<b>Картофель отварной с маслом</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, соль подпириванная, чеснок св</small>	ККАЛ-109, Б-3, Ж-3, Угл-19
200	<b>Компот из свежих фруктов</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-40, Угл-10
25	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12
15	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-429, Б-25, Ж-12, Угл-57
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 873, Б-79, Ж-66, Угл-238



