

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Каша Дружба (рис, пишено) молоко сухое 25%, пишено илифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-140, Б-4, Ж-5, Угл-18, С-1
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
180	Чай с молоком молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
Итого за Завтрак		ККАЛ-325, Б-11, Ж-14, Угл-39, С-1
Завтрак 2		
130	Напиток из вишни, яблок сахар-песок, вишня б/к св.мюр., яблоки кубик св.мюр.	ККАЛ-30, Угл-7
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-30, Угл-7
Обед		
30	Салат кукуруза с яйцом и луком кукуруза консервированная, яйцо столовое, лук репка, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-48, Б-2, Ж-4, Угл-2
150	Суп картофельный со сметаной картофель св, морковь св, лук репка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-70, Б-1, Ж-3, Угл-9, С-5
60	Котлеты по- Хлыновски с мясом говядина односортовая для руб. изделий, свинина мясная п/ф, картофель св, лук репка, яйцо столовое, мука в/с, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-152, Б-9, Ж-11, Угл-6, С-1
50	Соус Томат томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2
110	Макаронные изделия отварные с маслом макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26
150	Напиток из шиповника шиповник сухой, сахар-песок	ККАЛ-39, Угл-9, С-39
21	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Обед		ККАЛ-560, Б-19, Ж-23, Угл-70, С-46
Полдник		
50	Сдобный Зайчик в сахаре мука в/с, сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин	ККАЛ-155, Б-5, Ж-2, Угл-30
150	Компот из изюма изюм, сахар-песок	ККАЛ-52, Угл-13
Итого за Полдник		ККАЛ-206, Б-5, Ж-2, Угл-42
Ужин		
40	Закуска морковь тушеная морковь св, масло сливочное, сметана 15%, мука, сахар, соль	ККАЛ-30, Ж-2, Угл-3, С-1
160	Бигус с курицей капуста белокочанная св, куриная грудка, лук репка, морковь св, томат-паста, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-103, Б-13, Ж-2, Угл-7, С-23
180	Чай русский сахар-песок, чай байховый	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-230, Б-16, Ж-5, Угл-31, С-24
Итого за день		ККАЛ-1 352, Б-51, Ж-43, Угл-189, С-71

Заведующий
МБДОУ

меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша Дружба (рис, пшено) молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-187, Б-6, Ж-7, Угл-25, С-1
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2
200	Чай с молоком молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-77, Б-2, Ж-3, Угл-11
32	Батон белый	ККАЛ-83, Б-2, Ж-1, Угл-16
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
Итого за Завтрак		ККАЛ-424, Б-14, Ж-16, Угл-55, С-1
<u>Завтрак 2</u>		
150	Напиток из вишни, яблок сахар-песок, вишня б/ж св.мор., яблоки кубик св.мор	ККАЛ-34, Угл-8
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-34, Угл-8
<u>Обед</u>		
50	Салат кукуруза с яйцом и луком кукуруза консервированная, яйца столовое, лук репка, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-80, Б-3, Ж-6, Угл-3, С-1
200	Суп картофельный со сметаной картофель св. морковь св. лук репка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-94, Б-2, Ж-4, Угл-12, С-6
75	Котлеты по-Хлыновски с мясом говядина односортовая для руб. изделий, свинина ливная п/ф, картофель св. лук репка, яйцо столовое, мука в/с, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-190, Б-12, Ж-13, Угл-7, С-1
50	Соус Томат томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2
130	Макаронные изделия отварные с маслом макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	ККАЛ-171, Б-5, Ж-3, Угл-31
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	Напиток из шиповника шиповник сухой, сахар-песок	ККАЛ-52, Угл-12, С-53
35	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-82, Б-3, Угл-17
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7
Итого за Обед		ККАЛ-844, Б-28, Ж-32, Угл-111, С-72
<u>Полдник</u>		
50	Сдобный Зайчик в сахаре мука в/с, сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин	ККАЛ-155, Б-5, Ж-2, Угл-30
50	Яблоки печеные (дольки) яблоки свежее, сахар-песок	ККАЛ-34, Угл-8, С-1
200	Компот из изюма изюм, сахар-песок	ККАЛ-69, Угл-17
Итого за Полдник		ККАЛ-257, Б-5, Ж-2, Угл-54, С-1
<u>Ужин</u>		
50	Закуска морковь тушеная морковь св. масло сливочное, сметана 15%, мука, сахар, соль	ККАЛ-38, Б-1, Ж-3, Угл-3, С-1
170	Бигус с курицей капуста белокачанная св. куриная грудка, лук репка, морковь св. томат-паста, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-109, Б-14, Ж-3, Угл-8, С-25
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-271, Б-18, Ж-6, Угл-38, С-25
Итого за день		ККАЛ-1 830, Б-65, Ж-56, Угл-267, С-100

Заведующий
МБДОУ