

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Каши Дружба (рис, пшено) молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное	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
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
180	Чай Братский молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-81, Б-3, Ж-3, Угл-11
Итого за Завтрак		ККАЛ-338, Б-11, Ж-14, Угл-41, С-1
Завтрак 2		
130	Компот из черноплодной рябины и фруктов (яблоко или груша) рябина черноплодная св. мор., яблоки свежие, сахар-песок	ККАЛ-27, Угл-6, С-1
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-27, Угл-6, С-1
Обед		
30	Салат морковь с кукурузой морковь св., кукуруза консервированная, масло растительное	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2, С-1
150	Борщ с картофелем картофель св., свекла св., морковь св., лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св., зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-55, Б-1, Ж-3, Угл-7, С-3
60	Пудинг из говядины сметана и ф., говядина односортиная для руб. изделий, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-181, Б-9, Ж-13, Угл-9
50	Соус Красный морковь св., лук репка, лук в с., масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2
110	Гарнир каша гречка рассыпчатая гречка ядрица, соль йодированная	ККАЛ-127, Б-5, Ж-1, Угл-23
150	Напиток из вишни, сухофруктов сахар-песок, вишня сухая, сухофрукты	ККАЛ-56, 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-539, Б-19, Ж-20, Угл-72, С-4
Полдник		
50	Пирожок с картофелем лук в с., картофель св., лук репка, яйцо столовое, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, дрожжи сух.	ККАЛ-123, Б-4, Ж-3, Угл-21, С-2
150	Кисель из шиповника сахар-песок, шиповник сухой, крахмал, картофельный	ККАЛ-45, Угл-11, С-21
Итого за Полдник		ККАЛ-168, Б-4, Ж-3, Угл-32, С-23
Ужин		
60	Запеканка Волжская рыбная минтай, капуста бетакачанная св., яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-85, Б-10, Ж-4, Угл-1, С-6
60	Комлета мясо-капустная капуста бетакачанная св., сметана мясная и ф., говядина односортиная для руб. изделий, хлеб белый, сахар, паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-142, Б-7, Ж-10, Угл-8, С-4
50	Соус Томат томат-паста, лук 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
180	Чай французский сахар-песок, чай байховый, ванилин	ККАЛ-29, Угл-7
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Ужин		ККАЛ-493, Б-23, Ж-19, Угл-57, С-10
Итого за день		ККАЛ-1565, Б-57, Ж-56, Угл-209, С-39

меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каша Дружба (рис, пшено) молоко сухое 25%, пшено изпарованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная	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
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
200	Чай Братский молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый, ваннлин	ККАЛ-90, Б-3, Ж-3, Угл-13
Итого за Завтрак		ККАЛ-432, Б-14, Ж-17, Угл-56, С-1
Завтрак 2		
150	Компот из черноплодной рябины и фруктов (яблоко или груша) рябина черноплодная св. мор., яблоки свежие, сахар-песок	ККАЛ-31, Угл-7, С-1
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-31, Угл-7, С-1
Обед		
50	Салат морковь с кукурузой морковь св., кукуруза консервированная, масло растительное	ККАЛ-38, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-1
80	Борщ с картофелем картофель св., свекла св., морковь св., лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль подпорованная, чеснок св., зелень сухая (укроп, петрушка), свиновы лист	ККАЛ-73, Б-1, Ж-4, Угл-9, С-4
80	Пудинг из говядины свинина п.ф., говядина односорная для руб. п.ф., п.ф., рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль подпорованная	ККАЛ-241, Б-12, Ж-17, Угл-12
50	Соус Красный морковь св., лук репка, мука в.с., масло растительное, томат-паста, соль подпорованная, зелень сухая (укроп, петрушка)	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2
130	Гарнир каша гречка рассыпчатая гречка ядрица, соль подпорованная	ККАЛ-150, Б-6, Ж-2, Угл-28
200	Напиток из вишни, сухофруктов сахар-песок, вишня сухая, сухофрукты	ККАЛ-74, Угл-18, 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-716, Б-25, Ж-26, Угл-96, С-6
Полдник		
50	Пирожок с картофелем мука в.с., картофель св., лук репка, яйцо столовое, масло растительное, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль подпорованная, дрожжи сух.	ККАЛ-123, Б-4, Ж-3, Угл-21, С-2
40	Яблоки печеные (дольки) яблоки свежие, сахар-песок	ККАЛ-34, Угл-8, С-1
200	Кисель из шиповника сахар-песок, шиповник сухой, крахмал, картофельный	ККАЛ-60, Угл-14, С-28
Итого за Полдник		ККАЛ-217, Б-4, Ж-3, Угл-44, С-31
Ужин		
80	Запеканка Волжская рыбная минтай филе, капуста белокачанная св., яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль подпорованная	ККАЛ-113, Б-13, Ж-6, Угл-2, С-8
80	Комлета мясо-капустная капуста белокачанная св., свинина мясная п.ф., говядина односорная для руб. п.ф., п.ф., хлеб белый, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль подпорованная	ККАЛ-190, Б-9, Ж-13, Угл-10, С-5
50	Соус Томат томат-паста, мука в.с., масло растительное, соль подпорованная, 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 подпорованная	ККАЛ-171, Б-5, Ж-3, Угл-31
130	Картофель отварной с маслом картофель св., масло сливочное 72,5%, соль подпорованная, чеснок св.	ККАЛ-109, Б-3, Ж-3, Угл-19, С-10
200	Чай французский сахар-песок, чай байховый, ваннлин	ККАЛ-32, Угл-8
25	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Ужин		ККАЛ-731, Б-33, Ж-27, Угл-90, С-23
Итого за день		ККАЛ-2 127, Б-76, Ж-73, Угл-293, С-63