

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак

150	Каша Дружба (рис,шено) молото сухое 25%, пишено изобриванное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль повариванная	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 молото сухое 25%, сахар-песок, чай байзловый	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	Сок фруктовый	ККАЛ-60, Б-1, Угл-13, С-3
-----	----------------------	---------------------------

Итого за Завтрак 2 ККАЛ-60, Б-1, Угл-13, С-3

Обед

30	Закуска морковь с кукурузой морковь св. кукуруза консервированная, масло растительное	ККАЛ-35, Ж-3, Угл-2, С-1
150	Борщ Вегетарианский свеколы св. капуста белокочанная св. морковь св. лук репка, сметана 15%, масло растительное, тапчан-паста, соль повариванная, чеснок сухой (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-36, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-5
60	Котлеты или биточки с мясом говядины свиной порок, лук репч. изюм, свиной п.ф. хлеб белый, сухари пшенич., жир сливочный, масло растительное, молото сухое 25%, соль повариванная	ККАЛ-163, Б-9, Ж-11, Угл-7
30	Соус Томат тапчан-паста, лук репч. масло растительное, соль повариванная, чеснок сухой (укроп, петрушка)	ККАЛ-19, Ж-1, Угл-1
110	Макаронные изделия отварные с маслом макаронные изделия св. масло сливочное 72,5%, соль повариванная	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26
150	Напиток из изюма изюм, сахар-песок	ККАЛ-59, Угл-14
21	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3

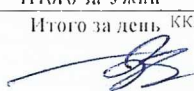
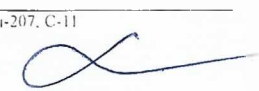
Ужин

50	Икра овощная морковь св. свеколы св. лук репка, масло растительное, лук репка, чеснок, соль повариванная, сахар-песок	ККАЛ-46, Б-1, Ж-3, Угл-4, С-1
140	Каша с мясом деревенская гречневая	ККАЛ-175, Б-9, Ж-8, Угл-16
50	Печень	ККАЛ-204, Б-4, Ж-5, Угл-37
150	Кисель из вишни	ККАЛ-41, Угл-10
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5

Итого за Ужин ККАЛ-310, Б-12, Ж-12, Угл-40, С-2

Итого за день ККАЛ-1463, Б-45, Ж-51, Угл-207, С-11

Заведующий
МБДОУ

меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

200	Каша Дружба (рис, пшено) молоко сухое 25%, пшено изпаривание, 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
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3

Итого за Завтрак ККАЛ-419, Б-14, Ж-16, Угл-54, С-1

Завтрак 2

150	Сок фруктовый	ККАЛ-69, Б-1, Угл-15, С-3
-----	---------------	---------------------------

Итого за Завтрак 2 ККАЛ-69, Б-1, Угл-15, С-3

Обед

50	Закуска морковь с кукурузой морковь св. кукуруза консервированная, масло растительное	ККАЛ-58, Б-1, Ж-5, Угл-4, С-1
200	Борщ Вегетарианский свекла св. капуста белокочанная св. морковь св. лук репчат. сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-49, Б-1, Ж-2, Угл-5, С-7
80	Котлеты или биточки с мясом мяклина односортовая для руб. и костей, свиного и ф. хлеб белый, сухари паниров., яйца столовые, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная	ККАЛ-218, Б-12, Ж-15, Угл-9
50	Соус Томат томат-паста, лук 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
200	Напиток из изюма изюм, сахар-песок	ККАЛ-79, Угл-19
35	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-82, Б-3, Угл-17
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7

Ужин

50	Икра овощная капуста св. свежая св. лук репчат. масло растительное, лимон свежий, соль йодированная, сахар-песок	ККАЛ-46, Б-1, Ж-3, Угл-4, С-1
50	Каша с мясом деревенская гречневая капуста св. свежая св. лук репчат. масло растительное, лимон свежий, соль йодированная, сахар-песок	ККАЛ-200, Б-11, Ж-10, Угл-19
50	Печенье	ККАЛ-204, Б-4, Ж-5, Угл-37
200	Кисель из вишни	ККАЛ-54, Угл-13
25	линия сухая, сахар-песок, крахмал, картофельный	ККАЛ-29, Б-2, Угл-14
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5

Итого за Ужин ККАЛ-362, Б-14, Ж-13, Угл-48, С-2

Итого за день ККАЛ-1 829, Б-57, Ж-62, Угл-261, С-14

Заведующий
МБДОУ