

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша Манная молочная <i>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
180	Чай русский <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-36, Угл-9
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
Итого за Завтрак		ККАЛ-241, Б-6, Ж-7, Угл-36
<u>Завтрак 2</u>		
130	Напиток из ягоды св/мор <i>айрвакс с м., сахар-песок</i>	ККАЛ-32, Угл-8
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-32, Угл-8
<u>Обед</u>		
30	Закуска свекла с чесноком <i>свекла св., масло растительное, чеснок св., соль поваренная</i>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2
150	Суп Волна <i>картофель св., морковь св., яйцо столовое, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-81, Б-2, Ж-5, Угл-8
60	Котлеты или биточки с мясом <i>говядина односортовая для руб. и бифш., свиная мясная п.ф., хлеб белый, сухари паниров., 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 яблочный <i>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-36, 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-506, Б-16, Ж-22, Угл-58
<u>Полдник</u>		
50	Булочка Домашняя <i>мука в с., сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, яйцо столовое, дрожжи сух., масло растительное, соль поваренная, ванилин</i>	ККАЛ-183, Б-4, Ж-5, Угл-30
150	Молоко свежее пастерезованное	ККАЛ-80, Б-4, Ж-4, Угл-6
Итого за Полдник		ККАЛ-263, Б-8, Ж-9, Угл-36
<u>Ужин</u>		
130	Пудинг творожно-манный <i>творог свежий 9%, сахар-песок, яйцо, яйцо столовое, манка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, ванилин</i>	ККАЛ-304, Б-19, Ж-11, Угл-32
60	Соус вишневый <i>вишня б.к св.мер, сахар-песок, крахмал, картофельный</i>	ККАЛ-39, Угл-9
180	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоки свежие, груши свежие, лимон свежий, чай байховый</i>	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-433, Б-21, Ж-11, Угл-60
Итого за день		ККАЛ-1475, Б-51, Ж-49, Угл-198

Заведующий
МБДОУ




меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Каша Манная молочная <i>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5% соль поваренная</i>	ККАЛ-161, Б-5, Ж-6, Угл-21
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
200	Чай русский <i>сахар-песок, чай байховый</i>	ККАЛ-40, Угл-10
25	Батон белый	ККАЛ-65, Б-2, Ж-1, Угл-13
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Завтрак		ККАЛ-321, Б-8, Ж-10, Угл-49
Завтрак 2		
150	Напиток из ягоды св/мор <i>апельс с м., сахар-песок</i>	ККАЛ-37, Угл-9
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-37, Угл-9
Обед		
50	Закуска свекла с чесноком <i>свекла св. масло растительное, чеснок св. соль поваренная</i>	ККАЛ-39, Б-1, Ж-2, Угл-4
200	Суп Волна <i>картофель св. морковь св. яйцо столовое, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-108, Б-3, Ж-6, Угл-11
80	Котлеты или биточки с мясом <i>говядина односортовая аля руб. изделий, свиная мясная п.ф. хлеб белый, сухари паниров. яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль поваренная</i>	ККАЛ-218, Б-12, Ж-15, Угл-9
50	Соус Томат <i>томат-паста, мука в с. масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-31, Ж-2, Угл-2
130	Пюре картофельное густое <i>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</i>	ККАЛ-115, Б-3, Ж-4, Угл-17
200	Напиток яблочный <i>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</i>	ККАЛ-48, 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-675, Б-23, Ж-29, Угл-79
Полдник		
50	Булочка Домашняя <i>мука в с. сахар-песок, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, яйцо столовое, дрожжи сух. масло растительное, соль поваренная, ванилин</i>	ККАЛ-183, Б-4, Ж-5, Угл-30
200	Молоко свежее пастерезованное	ККАЛ-107, Б-5, Ж-6, Угл-9
Итого за Полдник		ККАЛ-290, Б-9, Ж-11, Угл-39
Ужин		
150	Пудинг творожно-манный <i>творог свежий 9%, сахар-песок, яйца, яйцо столовое, манка, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, ванилин</i>	ККАЛ-351, Б-22, Ж-13, Угл-37
60	Соус вишневый <i>вишня б.к св. мор. сахар-песок, крахмал, картофельный</i>	ККАЛ-39, Угл-9
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоки свежие, груши свежие, лимон свежий, чай байховый</i>	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-507, Б-25, Ж-13, Угл-71
Итого за день		ККАЛ-1 830, Б-65, Ж-63, Угл-247

Заведующий
МБДОУ