

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Каша Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
180	Какао на молоке <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-98, Б-4, Ж-4, Угл-13, С-1
Итого за Завтрак		ККАЛ-304, Б-10, Ж-12, Угл-40, С-1
Завтрак 2		
130	Напиток из ягоды св/мор <small>смесь ягод "рябинка" св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-32, Угл-8
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-32, Угл-8
Обед		
30	Закуска свекла с чесноком <small>свекла св, масло растительное, чеснок св, соль йодированная</small>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2, С-1
150	Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, огурцы консервированные, лук репка, перловка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-81, Б-1, Ж-4, Угл-10, С-4
180	Рагу из мяса, овощей "Веселенькая семейка" <small>картофель св, саинина п.ф, морковь св, лук репка, горошек зеленый консервы, лука в с, масло сливочное 72,5%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-297, Б-12, Ж-20, Угл-19, С-9
150	Компот из яблок изюма <small>яблоки свежие, изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11
21	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Обед		ККАЛ-520, Б-17, Ж-25, Угл-57, С-13
Полдник		
50	Булочка Молочная <small>лука в с, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-154, Б-5, Ж-3, Угл-27
150	Кисель из шиповника <small>сахар-песок, шиповник сухой, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-45, Угл-11, С-21
Итого за Полдник		ККАЛ-199, Б-5, Ж-3, Угл-38, С-21
Ужин		
50	Запеканка печени с крупной и овощами <small>печень говяжья отечественная, ячка, лук репка, морковь св, капуста белокачанная св, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-91, Б-6, Ж-4, Угл-7, С-5
30	Соус Томат <small>томат-паста, лука в с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-19, Ж-1, Угл-1
110	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-149, Б-3, Ж-3, Угл-29
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	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-349, Б-11, Ж-8, Угл-57, С-5
Итого за день		ККАЛ-1405, Б-43, Ж-48, Угл-200, С-41

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 <small>манки, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-161, Б-5, Ж-6, Угл-21, С-1
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3
30	Батон белый	ККАЛ-78, Б-2, Ж-1, Угл-15
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3
200	Какао на молоке <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-109, Б-4, Ж-4, Угл-14, С-1
Итого за Завтрак		ККАЛ-394, Б-13, Ж-14, Угл-54, С-1
Завтрак 2		
150	Напиток из ягоды св/мор <small>смесь ягод "рябинка" св/мор, сахар-песок</small>	ККАЛ-37, Угл-9
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-37, Угл-9
Обед		
50	Закуска свекла с чесноком <small>свекла св, масло растительное, чеснок св, соль йодированная</small>	ККАЛ-39, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-1
200	Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, огурцы консервированные, лук репка, петрушка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-108, Б-2, Ж-5, Угл-13, С-5
200	Рагу из мяса, овощей "Веселенькая семейка" <small>картофель св, свинина п.ф, морковь св, лук репка, горошек зеленый консервы, мука в.с, масло сливочное 72,5%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-330, Б-13, Ж-22, Угл-21, С-10
200	Компот из яблок изюма <small>яблоки свежие, изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-59, Угл-14, 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-652, Б-20, Ж-30, Угл-76, С-16
Полдник		
50	Булочка Молочная <small>мука в.с, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-154, Б-5, Ж-3, Угл-27
200	Кисель из шиповника <small>сахар-песок, шиповник сухой, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-60, Угл-14, С-28
Итого за Полдник		ККАЛ-214, Б-5, Ж-3, Угл-42, С-28
Ужин		
70	Запеканка печени с крупой и овощами <small>печень говяжья отечественная, ячка, лук репка, морковь св, капуста белокачанная св, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-128, Б-9, Ж-6, Угл-10, С-7
30	Соус Томат <small>томат-паста, мука в.с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-19, Ж-1, Угл-1
130	Гарнир каша рисовая рассыпчатая <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-3, Ж-3, Угл-34
200	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	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-439, Б-15, Ж-10, Угл-71, С-7
Итого за день		ККАЛ-1737, Б-53, Ж-57, Угл-252, С-53
Заведующий МБДОУ		 