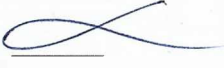


меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
150	Каша Манная молочная манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	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	Чай карамель молочная молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1
Итого за Завтрак		ККАЛ-296, Б-9, Ж-12, Угл-39, С-1
Завтрак 2		
130	Напиток из ягоды св/мор смесь ягод "рябинка" св/мор, сахар-песок	ККАЛ-32, Угл-8
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-32, Угл-8
Обед		
30	Салат свекла с кукурузой свекла св, кукуруза консервированная, масло растительное	ККАЛ-25, Ж-1, Угл-3, С-1
150	Суп овощной картофель св, капуста белокачанная св, морковь св, лук репка, горошек зеленый консервы, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), ливерный лист	ККАЛ-59, Б-1, Ж-3, Угл-6, С-5
150	Плов с курицей куриная грудка, рис, морковь св, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-206, Б-13, Ж-6, Угл-26, С-1
1	Напиток из изюма изюм, сахар-песок	ККАЛ-59, 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-424, Б-17, Ж-11, Угл-65, С-7
Полдник		
50	Булка деревенская мука в с, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, соль йодированная, дрожжи сух, масло растительное	ККАЛ-146, Б-4, Ж-2, Угл-27
150	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-80, Б-4, Ж-4, Угл-6, С-1
Итого за Полдник		ККАЛ-227, Б-9, Ж-7, Угл-33, С-1
Ужин		
50	Яблоки печеные (дольки) яблоки свежие, сахар-песок	ККАЛ-34, Угл-8, С-1
120	Запеканка творожная Зебра (контрольно) творог свежий, кефир 2,5%, манка, сахар-песок, яйцо столовое, какао-порошок, сахар паниров., масло растительное, соль йодированная, витамин	ККАЛ-231, Б-17, Ж-9, Угл-20
40	Подливка из повидла	ККАЛ-79, Угл-21
0	Чай без сахара	
15	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-35, Б-1, Угл-7
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Ужин		ККАЛ-404, Б-20, Ж-10, Угл-61, С-2
Итого за день		ККАЛ-1 383, Б-55, Ж-38, Угл-205, С-11
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 манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная	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
180	Чай карамель молочная молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12, С-1
Итого за Завтрак		ККАЛ-375, Б-12, Ж-13, Угл-52, С-1
Завтрак 2		
150	Напиток из ягоды св/мор смесь ягод "ягодника" св/мор, сахар-песок	ККАЛ-37, Угл-9
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-37, Угл-9
Обед		
50	Салат свекла с кукурузой свекла св. кукуруза консервированная, масло растительное	ККАЛ-41, Б-1, Ж-2, Угл-4, С-1
200	Суп овощной картофель св. капуста белокачанная св. морковь св. лук репчатый, горошек зеленый консервы, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист	ККАЛ-79, Б-2, Ж-4, Угл-8, С-7
200	Плов с курицей куриная грудка, рис, морковь св. лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная	ККАЛ-275, Б-17, Ж-7, Угл-35, С-2
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
Итого за Обед		ККАЛ-590, Б-24, Ж-15, Угл-91, С-10
Полдник		
50	Булка деревенская дрожжи в/с, яйца столовые, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, соль йодированная, дрожжи сух., масло растительное	ККАЛ-146, Б-4, Ж-2, Угл-27
200	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-107, Б-5, Ж-6, Угл-9, С-1
200	Компот из облепихи облепиха св.мор, сахар-песок	ККАЛ-50, Ж-1, Угл-10, С-16
Итого за Полдник		ККАЛ-303, Б-10, Ж-9, Угл-45, С-17
Ужин		
50	Яблоки печеные (дольки) яблоки свежие, сахар-песок	ККАЛ-34, Угл-8, С-1
140	Запеканка творожная Зебра (контрольно) творог свежий, кефир 2,5%, манка, сахар-песок, яйца столовые, какао-порошок, сухари паниров., масло растительное, соль йодированная, ванилин	ККАЛ-269, Б-20, Ж-11, Угл-23
40	Подливка из повидла	ККАЛ-79, Угл-21
200	Чай без сахара	
25	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5
Итого за Ужин		ККАЛ-466, Б-24, Ж-11, Угл-69, С-2
Итого за день		ККАЛ-1 771, Б-70, Ж-48, Угл-265, С-30

Заведующий
МБДОУ

