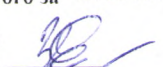


## меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
150	<b>Каша Рисовая молочная</b> <i>Рис, Молоко сухое 25% Масло сливочное, Сахар-песок, Соль йодированная</i>	ККАЛ-144, Б-4, Ж-6, У-18, С-1
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-33, Ж-4
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-79, Б-2, Ж-1, У-15
170	<b>Чай русский</b> <i>Чай, Сахар-песок</i>	ККАЛ-34, У-8
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-290, Б-6, Ж-11, У-41, С-1
<b><u>Обед</u></b>		
150	<b>Свекольник</b> <i>Картофель св, Свекла св, Морковь св, Лук репка, Томат-паста, Масло растительное, Сметана 15%, Чеснок св, Зелень сухая (укроп, петрушка), Соль йодированная</i>	ККАЛ-72, Б-1, Ж-4, У-8, С-5
60	<b>Котлеты или биточки с мясом</b> <i>Свинина п.ф, Говядина односортовая для руб. изделий, Хлеб белый, Молоко сухое 25%, Яйцо столовое, Сухоари паниров., Масло растительное, Соль йодированная</i>	ККАЛ-174, Б-9, Ж-13, У-5
50	<b>Соус Томат</b> <i>Масло растительное, Мука в с, Томат-паста, Соль йодированная, Зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-33, Ж-2, У-2, С-1
110	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>Гречка, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККАЛ-136, Б-6, Ж-1, У-25
150	<b>Компот из яблок изюма</b> <i>Яблоки, Изюм, Сахар-песок</i>	ККАЛ-47, У-11
20/20	<b>Хлеб пшеничный + ржаной</b> <i>Хлеб белый, Хлеб ржаной</i>	ККАЛ-89, Б-3, У-18
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-551, Б-19, Ж-20, У-69, С-6
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Плюшка Дачная</b> <i>Мука в с, Масло растительное, Молоко сухое 25%, Яйцо столовое, Сахар-песок, Дрожжи сух, Масло сливочное, Соль йодированная, Ванилин</i>	ККАЛ-166, Б-4, Ж-5, У-27
150	<b>Молоко свежее</b>	ККАЛ-90, Б-4, Ж-5, У-7, С-1
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-256, Б-8, Ж-10, У-34, С-1
<b><u>Ужин</u></b>		
130	<b>Пудинг творожно-морковный</b> <i>Творог свежий 9%, Манка, Молоко сухое 25%, Морковь св, Масло сливочное, Сахар-песок, Яйцо столовое, Соль йодированная</i>	ККАЛ-242, Б-16, Ж-12, У-18, С-1
50	<b>Соус Молочный ванильный</b> <i>Мука в с, Масло сливочное, Сахар-песок, Молоко сухое 25%, Ванилин</i>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-3, У-8
190	<b>Чай с красной смородиной</b> <i>Чай, Сахар-песок, Смородина красная св мор</i>	ККАЛ-36, У-9, С-1
30	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-79, Б-2, Ж-1, У-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-422, Б-20, Ж-16, У-50, С-2
<b>Итого за</b>		ККАЛ-1 519, Б-53, Ж-57, У-194, С-10

Заведующий  
МБДОУ


Калькулятор



Шеф повар



## меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	<b>Каша Рисовая молочная</b> <i>Рис, Молоко сухое 25%, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль йодированная</i>	ККАЛ-173, Б-5, Ж-7, У-22, С-1
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-33, Ж-4
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21
180	<b>Чай русский</b> <i>Чай, Сахар-песок</i>	ККАЛ-36, У-9
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-347, Б-8, Ж-12, У-52, С-1
<u>Обед</u>		
180	<b>Свекольник</b> <i>Картофель св, Свекла св, Морковь св, Лук репка, Томат-паста, Масло растительное, Сметана 15%, Чеснок св, Зелень сухая (укроп, петрушка), Соль йодированная</i>	ККАЛ-86, Б-2, Ж-5, У-10, С-6
70	<b>Котлеты или биточки с мясом</b> <i>Свинина п.ф, Говядина односортовая для руб. изделий, Хлеб белый, Молоко сухое 25%, Яйцо столовое, Сухари паниров., Масло растительное, Соль йодированная</i>	ККАЛ-203, Б-10, Ж-15, У-6
50	<b>Соус Томат</b> <i>Масло растительное, Мука в/с, Томат-паста, Соль йодированная, Зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-33, Ж-2, У-2, С-1
130	<b>Гарнир каша гречка рассыпчатая</b> <i>Гречка, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККАЛ-161, Б-7, Ж-2, У-30
200	<b>Компот из яблок изюма</b> <i>Яблоки, Изюм, Сахар-песок</i>	ККАЛ-63, У-15, С-1
20/30	<b>Хлеб пшеничный + ржаной.</b> <i>Хлеб белый, Хлеб ржаной</i>	ККАЛ-107, Б-4, У-22
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-653, Б-23, Ж-24, У-85, С-8
<u>Полдник</u>		
50	<b>Плюшка Дачная</b> <i>Мука в/с, Масло растительное, Молоко сухое 25%, Яйцо столовое, Сахар-песок, Дрожжи сух, Масло сливочное, Соль йодированная, Ванилин</i>	ККАЛ-166, Б-4, Ж-5, У-27
195	<b>Молоко свежее</b>	ККАЛ-117, Б-6, Ж-6, У-9, С-2
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-283, Б-10, Ж-11, У-36, С-2
<u>Ужин</u>		
160	<b>Пудинг творожно-морковный</b> <i>Творог свежий 9%, Манка, Молоко сухое 25%, Морковь св, Масло сливочное, Сахар-песок, Яйцо столовое, Соль йодированная</i>	ККАЛ-297, Б-19, Ж-15, У-22, С-1
50	<b>Соус Молочный ванильный</b> <i>Мука в/с, Масло сливочное, Сахар-песок, Молоко сухое 25%, Ванилин</i>	ККАЛ-65, Б-2, Ж-3, У-8
200	<b>Чай с красной смородиной</b> <i>Чай, Сахар-песок, Смородина красная св мор</i>	ККАЛ-38, У-10, С-1
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-105, Б-3, Ж-1, У-21
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-505, Б-24, Ж-19, У-61, С-2
<b>Итого за</b>		ККАЛ-1 788, Б-65, Ж-66, У-234, С-13

Заведующий  
МБДОУ

Калькулятор

Шеф повар