

## меню (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
180	<b>Суп молочный с крупой</b> <small>пишено шифованное, маюко суюе 25%, маюо сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-5, Ж-6, Угл-16	11-36
180	<b>Каша пшениая (диета, без маюо)</b> <small>пишено шифованное, маюо сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-3, Ж-4, Угл-19	=
5	<b>Маюо сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	3-49
180	<b>Чай с маюоком</b> <small>маюоко суюе 25%, сахар-песок, чай байюевый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	4-73
180	<b>Чай русский</b> <small>сахар-песок, чай байюевый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	=
23	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-60, Б-2, Ж-1, Угл-12	=
16	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-27, Б-1, Угл-5	1-15
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-478, Б-13, Ж-16, Угл-71	20-73
<b>Завтрак 2</b>			
100	<b>Компот из свежих фрутков</b> <small>яблока свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-20, Угл-5	9-41
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-20, Угл-5	9-41
<b>Обед</b>			
50	<b>Салат Друзья (кукуруза, фасоль)</b> <small>кукуруза консервированная, фасоль, маюо растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-73, Б-3, Ж-4, Угл-8	3-74
180	<b>Суп Волна</b> <small>картофель се, морюе се, яйцо столовое, лук репка, маюо растительное, маюо сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-97, Б-3, Ж-5, Угл-9	4-15
180	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> <small>картофель се, морюе се, лук репка, макаронные изделия в/с, маюо растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-101, Б-2, Ж-4, Угл-14	=
70	<b>Котлеты по-Хлыновски с мясом</b> <small>говядина однокотная для руб. изделий, свиная мясная п/ф, картофель се, лук репка, яйцо столовое, мука в/с, маюо растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-177, Б-11, Ж-12, Угл-7	30-89
130	<b>Гарнир каша перловая с овощами</b> <small>перловка, морюе се, лук репка, маюо сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-94, Б-2, Ж-2, Угл-17	9-53
180	<b>Компот из сухофрутков</b> <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-53, Угл-13	2-88
28	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-66, Б-2, Угл-14	2-52
21	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	1-53
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-695, Б-24, Ж-28, Угл-88	55-24
<b>Полдник</b>			
60	<b>Булочка с повидлом</b> <small>мука в/с, повидло фрутковое, яйцо столовое, маюо сливочное 72,5%, сахар-песок, маюо суюе 25%, дрожжи сух, маюо растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-186, Б-4, Ж-4, Угл-34	8-15
148	<b>Каша гречневая (диета, без маюо)</b> <small>гречка ядрица, маюо сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-3, Угл-13	=
190	<b>Маюо свежее пастеризованное</b>	ККАЛ-101, Б-5, Ж-5, Угл-8	=
200	<b>Напиток из шиповника (ДИЕТА)</b> <small>шиповник сухой, сахар-песок</small>	ККАЛ-16, Угл-3	=
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-392, Б-12, Ж-12, Угл-59	8-15
<b>Ужин</b>			
116	<b>Суфле творожное Воздушное'</b> <small>творог свежий 9%, яйцо столовое, сметана 15%, сахар-песок, мука в/с, маюо суюе 25%, соль йодированная, маюо растительное, ванилин</small>	ККАЛ-241, Б-17, Ж-10, Угл-20	4-62
180	<b>Плов с мясом</b> <small>свиная мясная п/ф рис, лук репка, морюе се, тамайл-настил, маюо сливочное 72,5%, маюо растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-389, Б-14, Ж-21, Угл-36	=
50	<b>Соус ваниль молочная</b> <small>маюоко суюе 25%, сахар-песок, мука в/с, маюо сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-3, Угл-8	4-37
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байюевый</small>	ККАЛ-32, Угл-8	0-76
40	<b>Яблока печеные (дольки)</b> <small>яблока свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-27, Угл-6	8-68
24	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-56, Б-2, Угл-12	2-10
16	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-27, Б-1, Угл-5	1-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-837, Б-35, Ж-35, Угл-96	21-68
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 423, Б-84, Ж-90, Угл-319	115-21