

## меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
150	<b>Каша Ячневая или Пшеничная молочная</b> <small>ячм., молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17	8-80
10	<b>Сыр твердый</b>	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	5-50
180	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-14	8-21
14	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	1-73
10	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>25-01</b>
<b>Завтрак 2</b>			
100	<b>Компот из черноплодной рябины и фруктов (яблоко или груша)</b> <small>рябина черноплодная св/мор, яблоки/свеж/е, сахар-песок</small>	ККАЛ-21, Угл-5	1-86
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>1-86</b>
<b>Обед</b>			
30	<b>Салат Лука (фасоль, морковь)</b> <small>морковь св, фасоль, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-35, Б-2, Ж-1, Угл-4	2-28
150	<b>Борщ с картофелем</b> <small>картофель св, свекла св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-55, Б-1, Ж-3, Угл-7	4-22
50	<b>Запеканка мясная сборная</b> <small>сметана п/ф, сердце говядины, лук репка, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-6, Угл-5	13-16
110	<b>Капуста тушеная</b> <small>капуста белокачанная св, морковь св, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-54, Б-2, Ж-2, Угл-7	4-95
150	<b>Напиток из вишни</b> <small>вишня сухая, сахар-песок</small>	ККАЛ-57, Угл-14	4-20
25	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12	2-10
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
<b>Итого за Обед</b>			<b>32-44</b>
<b>Полдник</b>			
50	<b>Рулетик Венский</b> <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-169, Б-4, Ж-5, Угл-27	6-25
150	<b>Кисель из смородины черной</b> <small>смородина черная св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-39, Угл-10	1-85
<b>Итого за Полдник</b>			<b>8-10</b>
<b>Ужин</b>			
60	<b>Тефтели из мяса в соусе</b> <small>лук репка, свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, хлеб белый, мука в/с, масло растительное, томат-паста, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-5, Ж-8, Угл-6	14-65
110	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	3-98
30	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свеж/е, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5	6-07
180	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-26, Угл-6	0-68
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
10	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
<b>Итого за Ужин</b>			<b>27-83</b>
<b>Итого за день</b>			<b>95-24</b>

Заведующий  
МБДОУ \_\_\_\_\_