

Меню Сад (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5/20	Бутерброд с маслом <i>хлеб пшеничный в/с, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-80	
150	Суп молочный с вермишелью <i>молоко 2.5%, вермишель (макаронные изделия яичные), масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-104	
180	Цикорий с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, цикорий</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-69	
Итого за Завтрак		Белки-8, Жиры-12, Углеводы-25, Калорийность-252	
355			
Завтрак2			
100	Сок фруктовый	Углеводы-10, Калорийность-45	
Итого за Завтрак2		Углеводы-10, Калорийность-45	
Обед			
40	Салат из белокочанной капусты с маслом <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3, Калорийность-33	
150	Рассольник ленинградский <i>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-110	
50	Котлета мясная <i>лук в/к, хлеб пшеничный в/с, фарш свиной (полуфабрикат), фарш из говядины (полуфабрикат), сухари панировочные, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-5, Калорийность-141	
110	Рис с овощами <i>крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, Калорийность-102	
150	Напиток из шиповника <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-62	
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	
Итого за Обед		Белки-14, Жиры-19, Углеводы-72, Калорийность-540	
540			
Полдник			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
150	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-73	
Итого за Полдник		Белки-5, Жиры-3, Углеводы-50, Калорийность-249	
200			
Ужин			
50	Гуляш из филе кур <i>филе грудки куриное (парезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-3, Калорийность-78	
110	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-3, Углеводы-29, Калорийность-196	
190	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-42	
50	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	
Итого за Ужин		Белки-25, Жиры-11, Углеводы-66, Калорийность-423	
400			
Итого за день		Белки-52, Жиры-45, Углеводы-223, Калорийность-1 508	
			189-00

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Файф

Меню Сад (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Завтрак

10/20 **Бутерброд с повидлом**

хлеб пшеничный в/с, повидло

Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-71

150/3 **Каша молочная пшеничная**

молоко 2,5%, крупа пшеница, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная

Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20, Калорийность-140

170 **Какао с молоком**

молоко 2,5%, сахар-песок, какао (порошковый)

Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, Калорийность-123

353

Итого за Завтрак

Белки-9, Жиры-8, Углеводы-57, Калорийность-334

Завтрак2

100 **Сок фруктовый**

Углеводы-10, Калорийность-45

Итого за Завтрак2

Углеводы-10, Калорийность-45

Обед

40 **Салат из кукурузы**

кукуруза консервированная, масло подсолнечное

Белки-1, Углеводы-4, Калорийность-20

150 **Суп с домашней лапшой**

лапша домашняя п/фр, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная

Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-78

130 **Плов из филе птицы**

филе грудки куриное (нарезка кубик), крупа рисовая, морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, соль йодированная

Белки-12, Жиры-11, Углеводы-28, Калорийность-238

150 **Компот из сухофруктов**

сахар-песок, смесь сухофруктов, кислота лимонная

Углеводы-20, Калорийность-82

20 **Хлеб пшеничный**

Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43

20 **Хлеб ржано-пшеничный**

Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48

510

Итого за Обед

Белки-17, Жиры-17, Углеводы-77, Калорийность-508

Полдник

50 **Булочка Домашняя**

мука пшеничная в/с, яйцо куриное с2, сахар-песок, масло сливочное, масло подсолнечное, соль йодированная, дрожжи сухие, ванилин

Белки-4, Жиры-6, Калорийность-190

150 **Молоко кипяченое**

Белки-4, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-80

200

Итого за Полдник

Белки-8, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-270

Ужин

180 **Овощи тушеные в сметанном соусе**

капуста в/к, морковь в/к, картофель в/к, сметана 15%, лук в/к, горошек зеленый, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная

Белки-4, Жиры-12, Углеводы-14, Калорийность-182

180 **Чай с вареньем клубничным**

варенье клубничное, сахар-песок, чай черный лист

Углеводы-14, Калорийность-52

40 **Хлеб пшеничный**

Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85

400

Итого за Ужин

Белки-7, Жиры-12, Углеводы-47, Калорийность-319

Итого за день

Белки-41, Жиры-47, Углеводы-198, Калорийность-1476

189-00

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

Меню Сад (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10/20	Бутерброд с вареньем <i>хлеб пшеничный в/с, варенье в ассортименте</i>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-75	
150/3	Каша молочная пшеничная с маслом <i>молоко 2,5%, крупа пшеничная, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-18, Калорийность-128	
170	Чай с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-83	
353	Итого за Завтрак	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-41, Калорийность-287	
Завтрак2			
100	Сок фруктовый	Углеводы-10, Калорийность-45	
	Итого за Завтрак2	Углеводы-10, Калорийность-45	
Обед			
40	Салат из свеклы с яблоками <i>свекла в/к, яблоко, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-82	
150	Щи из свежей капусты с картофелем <i>капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6, Калорийность-55	
50	Котлета домашняя с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сухари панировочные, масло подсолнечное, масло сливочное, мука пшеничная в/с, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-93	
110	Гречка рассыпчатая с овощами <i>крупа гречневая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-21, Калорийность-146	
150	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Калорийность-61	
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	
540	Итого за Обед	Белки-13, Жиры-20, Углеводы-62, Калорийность-527	
Полдник			
17	Печенье сахарное	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-82	
90	Яблоко запеченное	Калорийность-84	
150	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-33	
257	Итого за Полдник	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-199	
Ужин			
180	Макароны с сыром <i>макаронные изделия (весовые), сыр твердый, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-47, Калорийность-296	
180	Кисель из к/ц плодового или ягодного <i>кисель плодово-ягодный, сахар-песок</i>	Углеводы-18, Калорийность-112	
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	
400	Итого за Ужин	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-84, Калорийность-492	
	Итого за день	Белки-33, Жиры-40, Углеводы-217, Калорийность-1549	

189-00

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Зетонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Сад (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
5/20	Бутерброд с маслом <i>хлеб пшеничный в/с, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Калорийность-80	
150/3	Каша молочная кукурузная <i>молоко 2,5%, крупа кукурузная, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-17, Калорийность-122	
180	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16, Калорийность-96	
358	Итого за Завтрак	Белки-8, Жиры-14, Углеводы-43, Калорийность-297	
Завтрак2			
100	Сок фруктовый	Углеводы-10, Калорийность-45	
	Итого за Завтрак2	Углеводы-10, Калорийность-45	
Обед			
40	Салат из моркови припущенной <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3, Калорийность-41	
150	Суп с бобовыми <i>картофель в/к, крупа горох, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-93	
15	Гренки	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	
50	Тефтели из говядины с рисом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, яйцо куриное с2, соль йодированная, томат-паста</i>	Белки-5, Жиры-7, Углеводы-5, Калорийность-98	
110	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2,5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-107	
150	Компот из свежих яблок <i>яблоко, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-14, Калорийность-58	
20	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	
555	Итого за Обед	Белки-16, Жиры-15, Углеводы-81, Калорийность-543	
Полдник			
50	Сырники с морковью <i>творог, морковь в/к, мука пшеничная в/с, сахар-песок, яйцо куриное с2, масло подсолнечное, крупа манная, масло сливочное</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-12, Калорийность-147	
20	Соус молочный <i>молоко 2,5%, мука пшеничная в/с, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Жиры-1, Калорийность-18	
150	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-6, Калорийность-37	
220	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-18, Калорийность-201	
Ужин			
180	Суп молочный с гречкой <i>молоко 2,5%, крупа гречневая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-17, Калорийность-127	
180/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-11, Калорийность-55	
40	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-85	
405	Итого за Ужин	Белки-10, Жиры-10, Углеводы-47, Калорийность-267	
	Итого за день	Белки-42, Жиры-47, Углеводы-199, Калорийность-1353	

189-00

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Сад (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
10/20	Бутерброд с повидлом <i>хлеб пшеничный в/с, повидло</i>	Белки-2, Углеводы-16, Калорийность-71	
150/3	Каша молочная "Дружба" <i>молоко 2.5%, крупа пшено, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-131	
170	Какао с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, какао (порошковый)</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21, Калорийность-123	
353	Итого за Завтрак	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-57, Калорийность-325	
Завтрак2			
100	Сок фруктовый	Углеводы-10, Калорийность-45	
	Итого за Завтрак2	Углеводы-10, Калорийность-45	
Обед			
40	Огурцы соленые	Белки-1, Углеводы-1, Калорийность-7	
150	Борщ из свежей капусты с картофелем <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-47	
50	Фрикадельки из птицы с соусом <i>филе куриное, хлеб пшеничный в/с, яйцо куриное с2, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-3, Калорийность-44	
110	Каша пшеничная с овощами <i>крупа пшеничная, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28, Калорийность-170	
150	Компот из кураги и изюма <i>сахар-песок, курага, изюм, кислота лимонная</i>	Углеводы-12, Калорийность-49	
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-43	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-48	
540	Итого за Обед	Белки-14, Жиры-12, Углеводы-70, Калорийность-408	
Полдник			
50	Сдоба обыкновенная <i>мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, сахар-песок, яйцо куриное с2, врожжи сухие, мак, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20, Калорийность-149	
150	Чай с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-73	
200	Итого за Полдник	Белки-6, Жиры-10, Углеводы-32, Калорийность-223	
Ужин			
50	Котлета из минтая <i>филе минтая, хлеб пшеничный в/с, яйцо куриное с2, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	Белки-7, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-63	
110	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16, Калорийность-127	
190	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-42	
50	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24, Калорийность-107	
400	Итого за Ужин	Белки-14, Жиры-13, Углеводы-55, Калорийность-339	
	Итого за день	Белки-43, Жиры-40, Углеводы-224, Калорийность-1340	

189-00

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор