

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
150	Каша Ячневая или Пшеничная молочная <small>ячма, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17	8-80
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	2-80
180	Кофейный напиток на молоке <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-14	8-21
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8	1-73
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
Итого за Завтрак		ККАЛ-335, Б-11, Ж-13, Угл-43	22-31
Завтрак 2			
100	Напиток из лимонов <small>лимон свежий, сахар-песок</small>	ККАЛ-21, Угл-5	2-02
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-21, Угл-5	2-02
Обед			
30	Огурец солёный консервированный	ККАЛ-3	11-19
150	Уха из петуха <small>куры-бройлеры (цыпляенок), перловка, лук репка, морковь св, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-78, Б-4, Ж-5, Угл-3	3-02
160	Рагу из мяса, овощей Веселенькая семейка" <small>картофель св, свинина мясная п/ф, морковь св, лук репка, горошек зеленый консервы, мука в/с, масло сливочное 72,5%, масло растительное, тмин-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-264, Б-11, Ж-17, Угл-17	28-57
150	Компот из яблок изюма <small>яблоки свежие, изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	3-33
24	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-56, Б-2, Угл-12	2-10
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Обед		ККАЛ-480, Б-19, Ж-23, Угл-50	49-74
Полдник			
30	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5	0-60
20	Печенье	ККАЛ-81, Б-1, Ж-2, Угл-15	3-24
150	Кисель из вишни <small>вишня б/к са/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-41, Угл-10	5-41
Итого за Полдник		ККАЛ-142, Б-2, Ж-2, Угл-29	9-25
Ужин			
40	Салат Розовые щечки <small>свекла св, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-32, Б-1, Ж-2, Угл-3	6-73
150	Омлет с капустой <small>яйцо столовое, капуста белокачанная св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-186, Б-11, Ж-13, Угл-5	20-32
190	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-38, Угл-10	0-92
19	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-45, Б-1, Угл-9	1-68
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
Итого за Ужин		ККАЛ-317, Б-14, Ж-16, Угл-30	30-42
Итого за день		ККАЛ-1296, Б-45, Ж-54, Угл-157	113-74

Заведующий
МБДОУ