(Сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	***Каша вязкая молочная пшенная***	Ккал-206, Бел-6, Жир-8, Угл-28
	молоко пастеризованное 3,2% жирности, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
30	***Хлеб пшеничный***	Ккал-68, Бел-3, Угл-14
5	***Масло сливочное (порциями)***	Ккал-33, Жир-4
10	***Сыр***	Ккал-36, Бел-2, Жир-3
200	***Чай с сахаром***	Ккал-27, Угл-7
	сахар-песок, чай черный	
	Итого за Завтрак	Ккал-370, Бел-11, Жир-15, Угл-49
	Завтрак 2	
180	***Йогурт***	Ккал-113, Бел-9, Жир-6, Угл-6
	Итого за Завтрак 2	Ккал-113, Бел-9, Жир-6, Угл-6

Обед

60	***Икра кабачковая***	Ккал-71, Бел-1, Жир-5, Угл-5
200	***Суп картофельный с фасолью на мясо-костном бульоне***	Ккал-198, Бел-12, Жир-14, Угл-16
	картофель, куры 1 кат., фасоль продовольственная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
150	***Рис отварной***	Ккал-204, Бел-4, Жир-5, Угл-37
	крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
80	***Котлеты рыбные (минтай)***	Ккал-50, Бел-1, Жир-2, Угл-8
	минтай, хлеб пшеничный, масло подсолнечное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
200	***Компот из плодов сухих (курага и чернослив)***	Ккал-77, Бел-1, Угл-18
	курага, чернослив, сахар-песок	
40	***Хлеб пшеничный***	Ккал-91, Бел-3, Жир-1, Угл-18
	Итого за Обед	Ккал-691, Бел-22, Жир-27, Угл-102

Полдник

110	***Биточки манные***	Ккал-152, Бел-4, Жир-3, Угл-27
	крупа манная, молоко пастеризованное 3,2% жирности, сахар-песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
20	***Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности***	Ккал-66, Бел-1, Жир-2, Угл-11
200	***Чай с сахаром***	Ккал-27, Угл-7
	сахар-песок, чай черный	
	Итого за Полдник	Ккал-245, Бел-5, Жир-5, Угл-45
	Итого за день	Ккал-1 419, Бел-47, Жир-53, Угл-202

_____ _____ _____

(Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
120	***Каша вязкая молочная пшенная***	Ккал-165, Бел-5, Жир-6, Угл-23
	молоко пастеризованное 3,2% жирности, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
30	***Хлеб пшеничный***	Ккал-68, Бел-3, Угл-14
5	***Масло сливочное (порциями)***	Ккал-33, Жир-4
10	***Сыр***	Ккал-36, Бел-2, Жир-3
150	***Чай с сахаром***	Ккал-20, Угл-5
	сахар-песок, чай черный	
	Итого за Завтрак	Ккал-322, Бел-10, Жир-13, Угл-42
	Завтрак 2	
150	***Йогурт***	Ккал-94, Бел-7, Жир-5, Угл-5
	Итого за Завтрак 2	Ккал-94, Бел-7, Жир-5, Угл-5

Обед

40	***Икра кабачковая***	Ккал-48, Бел-1, Жир-4, Угл-3
150	***Суп картофельный с фасолью на мясо-костном бульоне***	Ккал-148, Бел-9, Жир-11, Угл-12
	картофель, куры 1 кат., фасоль продовольственная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
120	***Рис отварной***	Ккал-163, Бел-3, Жир-4, Угл-29
	крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
60	***Котлеты рыбные (минтай)***	Ккал-37, Бел-1, Жир-1, Угл-6
	минтай, хлеб пшеничный, масло подсолнечное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
150	***Компот из плодов сухих (курага и чернослив)***	Ккал-58, Бел-1, Угл-13
	курага, чернослив, сахар-песок	
30	***Хлеб пшеничный***	Ккал-68, Бел-3, Угл-14
	Итого за Обед	Ккал-522, Бел-18, Жир-20, Угл-77

Полдник

110	***Биточки манные***	Ккал-152, Бел-4, Жир-3, Угл-27
	крупа манная, молоко пастеризованное 3,2% жирности, сахар-песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
20	***Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности***	Ккал-66, Бел-1, Жир-2, Угл-11
150	***Чай с сахаром***	Ккал-20, Угл-5
	сахар-песок, чай черный	
	Итого за Полдник	Ккал-238, Бел-5, Жир-5, Угл-43
	Итого за день	Ккал-1 176, Бел-40, Жир-43, Угл-167

_____ _____ _____