

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша геркулесовая вязкая(сад) <small>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</small>	ККал-164, Белки-13, Жиры-13, У/в-30
30/10	Батон с сыром (сад) <small>Сыр, Батон</small>	ККал-206, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Кофейный напиток(сад) <small>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</small>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-481, Белки-17, Жиры-21, У/в-61
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <small>Сок, Сахар (песок), *Вода</small>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп из овощей на бульоне из шейки индейки (сад) <small>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Шейка индеек, Лавровый лист</small>	ККал-137, Белки-6, Жиры-7, У/в-22
80	Гуляш из печени (сад) <small>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</small>	ККал-90, Белки-10, Жиры-7, У/в-18
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <small>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</small>	ККал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <small>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</small>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-641, Белки-25, Жиры-22, У/в-103
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Кисель витаминизированный (сад) <small>Концентрат киселя, *Вода</small>	ККал-86, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-207, Белки-2, Жиры-3, У/в-34
<u>Ужин</u>		
200	Запеканка творожная с изюмом (сад) <small>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм, Ванилин</small>	ККал-136, Белки-7, Жиры-12, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <small>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</small>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-413, Белки-10, Жиры-14, У/в-48
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша геркулесовая вязкая(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-158, Белки-8, Жиры-12, У/в-26
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-124, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-350, Белки-11, Жиры-19, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
152	Суп из овощей на бульоне из шейки индейки (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Шейка индеек, Лавровый лист</i>	ККал-152, Белки-6, Жиры-6, У/в-18
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-74, Белки-8, Жиры-7, У/в-7
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-500, Белки-19, Жиры-17, У/в-84
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(ясли)	ККал-109, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-189, Белки-2, Жиры-3, У/в-28
<u>Ужин</u>		
180	Запеканка творожная с изюмом(ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм, Ванилин</i>	ККал-134, Белки-9, Жиры-7, У/в-16
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-274, Белки-11, Жиры-8, У/в-31
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-163, Белки-12, Жиры-15, У/в-24
30	Батон(сад)	ККал-145, Белки-5, Жиры-5, У/в-28
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Завтрак1		ККал-402, Белки-18, Жиры-22, У/в-81
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Огурец свежий (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Борщ из свежей капусты на бульоне из куриной грудки со сметаной (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода, Сметана, Грудка кур, Лавровый лист</i>	ККал-182, Белки-8, Жиры-12, У/в-14
200	Плов с куриной грудкой(сад) <i>Крупа рисовая, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное, Грудка кур, *Вода</i>	ККал-165, Белки-7, Жиры-8, У/в-25
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-620, Белки-18, Жиры-22, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие, Ванилин</i>	ККал-157, Белки-2, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-264, Белки-5, Жиры-4, У/в-47
<u>Ужин</u>		
200	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-10, Жиры-10, У/в-28
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-77, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-426, Белки-13, Жиры-12, У/в-51
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-146, Белки-9, Жиры-10, У/в-33
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-160, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-417, Белки-15, Жиры-20, У/в-62
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (сад) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Шейка индеек, Сметана, Лавровый лист</i>	ККал-137, Белки-9, Жиры-9, У/в-19
80	Рыба, тушеная в томате с овощами (сад) <i>Минтай с/м, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сметана</i>	ККал-62, Белки-5, Жиры-15, У/в-10
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-131, Белки-6, Жиры-4, У/в-23
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-584, Белки-26, Жиры-31, У/в-85
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-124, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-230, Белки-5, Жиры-2, У/в-41
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-511, Белки-8, Жиры-6, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-150, Белки-12, Жиры-12, У/в-31
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-206, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Завтрак1		ККал-450, Белки-15, Жиры-20, У/в-73
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
80	Ёжики (сад) <i>Фари из индейки, Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Томат-паста, Сахар (песок), Яйцо</i>	ККал-111, Белки-8, Жиры-11, У/в-7
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-125, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-626, Белки-25, Жиры-26, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода, Ванилин</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-267, Белки-6, Жиры-3, У/в-52
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-154, Белки-4, Жиры-9, У/в-17
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-77, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-399, Белки-7, Жиры-11, У/в-41
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин, Курага</i>	ККал-185, Белки-9, Жиры-13, У/в-23
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-160, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-456, Белки-15, Жиры-23, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп с клецками со сметаной на бульоне из куриной грудки(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Грудка кур</i>	ККал-145, Белки-6, Жиры-5, У/в-23
200	Каша перловая с мясом кур(сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-136, Белки-6, Жиры-5, У/в-26
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-535, Белки-18, Жиры-13, У/в-81
<u>Полдник</u>		
80	Булочка домашняя (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло растительное, Ванилин</i>	ККал-213, Белки-2, Жиры-6, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-319, Белки-5, Жиры-6, У/в-50
<u>Ужин</u>		
200	Каша пшеничная (сад) <i>Крупа пшеничная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-156, Белки-12, Жиры-17, У/в-38
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-433, Белки-16, Жиры-19, У/в-64
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша геркулесовая вязкая(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-164, Белки-13, Жиры-13, У/в-30
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-206, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Завтрак1		ККал-464, Белки-16, Жиры-21, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (сад) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Шейка индеек, Сметана, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-130, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-90, Белки-10, Жиры-7, У/в-18
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-125, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-599, Белки-26, Жиры-20, У/в-94
<u>Полдник</u>		
80	Булочка домашняя (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло растительное, Ванилин</i>	ККал-213, Белки-2, Жиры-6, У/в-19
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-86, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-299, Белки-2, Жиры-6, У/в-34
<u>Ужин</u>		
200	Запеканка творожная с изюмом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм, Ванилин</i>	ККал-136, Белки-7, Жиры-12, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-77, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-381, Белки-10, Жиры-14, У/в-46
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-12, У/в-16
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-8, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-448, Белки-10, Жиры-20, У/в-42
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Фарш из индейки, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-10, Жиры-11, У/в-24
180	Макаронны с мясом (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-176, Белки-11, Жиры-11, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-610, Белки-24, Жиры-24, У/в-83
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-118, Белки-4, У/в-34
Итого за Полдник		ККал-240, Белки-6, Жиры-3, У/в-53
<u>Ужин</u>		
200	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-10, Жиры-10, У/в-28
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Ужин		ККал-444, Белки-14, Жиры-13, У/в-69
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-12, У/в-16
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-8, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-448, Белки-10, Жиры-20, У/в-42
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Фарш из индейки, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-10, Жиры-11, У/в-24
180	Макаронны с мясом (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-176, Белки-11, Жиры-11, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-610, Белки-24, Жиры-24, У/в-83
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-118, Белки-4, У/в-34
Итого за Полдник		ККал-240, Белки-6, Жиры-3, У/в-53
<u>Ужин</u>		
200	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-10, Жиры-10, У/в-28
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Ужин		ККал-444, Белки-14, Жиры-13, У/в-69
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-12, У/в-16
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-8, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-448, Белки-10, Жиры-20, У/в-42
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Фарш из индейки, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-10, Жиры-11, У/в-24
180	Макаронны с мясом (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-176, Белки-11, Жиры-11, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-610, Белки-24, Жиры-24, У/в-83
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-118, Белки-4, У/в-34
Итого за Полдник		ККал-240, Белки-6, Жиры-3, У/в-53
<u>Ужин</u>		
200	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-10, Жиры-10, У/в-28
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Ужин		ККал-444, Белки-14, Жиры-13, У/в-69
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-12, У/в-16
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-8, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-448, Белки-10, Жиры-20, У/в-42
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Фарш из индейки, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-10, Жиры-11, У/в-24
180	Макаронны с мясом (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-176, Белки-11, Жиры-11, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-610, Белки-24, Жиры-24, У/в-83
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-118, Белки-4, У/в-34
Итого за Полдник		ККал-240, Белки-6, Жиры-3, У/в-53
<u>Ужин</u>		
200	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-10, Жиры-10, У/в-28
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Ужин		ККал-444, Белки-14, Жиры-13, У/в-69
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-12, У/в-16
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-8, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-448, Белки-10, Жиры-20, У/в-42
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Фарш из индейки, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-10, Жиры-11, У/в-24
180	Макаронны с мясом (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-176, Белки-11, Жиры-11, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-610, Белки-24, Жиры-24, У/в-83
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-118, Белки-4, У/в-34
Итого за Полдник		ККал-240, Белки-6, Жиры-3, У/в-53
<u>Ужин</u>		
200	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-10, Жиры-10, У/в-28
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Ужин		ККал-444, Белки-14, Жиры-13, У/в-69
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-12, У/в-16
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-8, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-448, Белки-10, Жиры-20, У/в-42
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Фарш из индейки, Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-10, Жиры-11, У/в-24
180	Макаронны с мясом (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-176, Белки-11, Жиры-11, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-610, Белки-24, Жиры-24, У/в-83
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Молоко кипяченое(сад)	ККал-118, Белки-4, У/в-34
Итого за Полдник		ККал-240, Белки-6, Жиры-3, У/в-53
<u>Ужин</u>		
200	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-10, Жиры-10, У/в-28
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Ужин		ККал-444, Белки-14, Жиры-13, У/в-69
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-196, Белки-16, Жиры-14, У/в-83
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-216, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-523, Белки-20, Жиры-22, У/в-114
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки (сад) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-205, Белки-11, Жиры-21, У/в-15
200	Каша перловая с мясом кур(сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-206, Белки-6, Жиры-5, У/в-26
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-665, Белки-22, Жиры-30, У/в-73
<u>Полдник</u>		
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-153, Белки-6, Жиры-4, У/в-23
70	Вафли(сад)	ККал-124, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-554, Белки-12, Жиры-8, У/в-59
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <small>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</small>	ККал-153, Белки-6, Жиры-4, У/в-23
30/10	Батон с сыром (сад) <small>Сыр, Батон</small>	ККал-216, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Чай с сахаром (сад) <small>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</small>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-478, Белки-8, Жиры-10, У/в-50
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <small>Сок, Сахар (песок), *Вода</small>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки (сад) <small>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода</small>	ККал-205, Белки-11, Жиры-21, У/в-15
200	Плов с куриной грудкой(сад) <small>Крупа рисовая, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное, Грудка кур, *Вода</small>	ККал-159, Белки-4, Жиры-9, У/в-9
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <small>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</small>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-618, Белки-19, Жиры-34, У/в-57
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-124, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
180	Кисель ягодный(сад) <small>Концентрат киселя, Сахар (песок), *Вода</small>	ККал-115, У/в-18
Итого за Полдник		ККал-239, Белки-2, Жиры-2, У/в-28
<u>Ужин</u>		
200	Запеканка творожная (сад) <small>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин, Курага</small>	ККал-163, Белки-21, Жиры-12, У/в-88
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-168, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <small>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</small>	ККал-77, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-408, Белки-24, Жиры-14, У/в-111
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-124, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-306, Белки-5, Жиры-9, У/в-43
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло растительное, *Вода</i>	ККал-160, Белки-10, Жиры-6, У/в-27
180	Плов с куриной грудкой(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло растительное, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Грудка кур, Соль йодированная</i>	ККал-214, Белки-9, Жиры-13, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-518, Белки-22, Жиры-22, У/в-72
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
150	Кисель ягодный(ясли) <i>Концентрат киселя, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-64, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-177, Белки-3, Жиры-1, У/в-26
<u>Ужин</u>		
180	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин, Курага</i>	ККал-188, Белки-11, Жиры-12, У/в-29
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Фиточай(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-35, У/в-9
Итого за Ужин		ККал-314, Белки-12, Жиры-14, У/в-48
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-196, Белки-8, Жиры-23, У/в-13
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-8, У/в-12
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-99, Белки-1, Жиры-2, У/в-6
Итого за Завтрак1		ККал-454, Белки-13, Жиры-33, У/в-31
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (сад) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Шейка индеек, Сметана</i>	ККал-160, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
70	Биточки мясные(сад) <i>Масло растительное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Фарш из индейки, Крупа рисовая</i>	ККал-155, Белки-20, Жиры-5, У/в-76
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-125, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-709, Белки-33, Жиры-15, У/в-146
<u>Полдник</u>		
80	Булочка домашняя (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло растительное</i>	ККал-124, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Кисель ягодный(сад) <i>Концентрат киселя, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-115, У/в-18
Итого за Полдник		ККал-239, Белки-1, Жиры-2, У/в-28
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-154, Белки-4, Жиры-9, У/в-17
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-77, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-7, Жиры-11, У/в-41
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-161, Белки-4, Жиры-8, У/в-22
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Какао на молоке(ясли) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-370, Белки-10, Жиры-15, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
150	Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-172, Белки-7, Жиры-14, У/в-11
60	Биточки мясные(ясли) <i>Масло растительное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Фарш из индейки, Крупа рисовая</i>	ККал-32, Белки-13, Жиры-5, У/в-5
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-96, У/в-8
Итого за Обед		ККал-511, Белки-24, Жиры-21, У/в-66
<u>Полдник</u>		
60	Булочка домашняя (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло растительное</i>	ККал-123, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Кисель ягодный(ясли) <i>Концентрат киселя, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-64, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-187, Белки-2, Жиры-3, У/в-30
<u>Ужин</u>		
180	Рагу овощное (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-163, Белки-4, Жиры-7, У/в-24
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Фиточай(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-35, У/в-9
Итого за Ужин		ККал-288, Белки-5, Жиры-8, У/в-43
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-212, Белки-7, Жиры-14, У/в-55
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-216, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-539, Белки-11, Жиры-22, У/в-91
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из куриной грудки(сад) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-216, Белки-12, Жиры-8, У/в-24
200	Каша гречневая с куриной грудкой(сад) <i>Крупа гречневая, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Соль йодированная, Масло сливочное, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-167, Белки-10, Жиры-12, У/в-20
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-637, Белки-27, Жиры-24, У/в-76
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-124, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-182, Белки-2, Жиры-2, У/в-25
<u>Ужин</u>		
200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-167, Белки-10, Жиры-9, У/в-30
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-77, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-354, Белки-13, Жиры-11, У/в-54
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-148, Белки-10, Жиры-8, У/в-15
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-124, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-340, Белки-13, Жиры-15, У/в-37
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-182, Белки-6, Жиры-8, У/в-14
180	Каша гречневая с куриной грудкой (ясли) <i>Крупа гречневая, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Соль йодированная, Масло сливочное, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-180, Белки-9, Жиры-8, У/в-19
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-506, Белки-18, Жиры-18, У/в-61
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(ясли)	ККал-109, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-195, Белки-2, Жиры-3, У/в-33
<u>Ужин</u>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-147, Белки-8, Жиры-10, У/в-39
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Фиточай(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-35, У/в-9
Итого за Ужин		ККал-272, Белки-9, Жиры-12, У/в-58
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-565, Белки-9, Жиры-27, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-153, Белки-9, Жиры-7, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-20, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-14, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-375, Белки-9, Жиры-19, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-451, Белки-14, Жиры-14, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-4, Жиры-2, У/в-6
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-164, Белки-10, Жиры-5, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-10, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-565, Белки-9, Жиры-27, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-153, Белки-9, Жиры-7, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-20, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-14, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-375, Белки-9, Жиры-19, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-451, Белки-14, Жиры-14, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-4, Жиры-2, У/в-6
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-164, Белки-10, Жиры-5, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-10, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-565, Белки-9, Жиры-27, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-153, Белки-9, Жиры-7, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-20, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-14, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-375, Белки-9, Жиры-19, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-451, Белки-14, Жиры-14, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-4, Жиры-2, У/в-6
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-164, Белки-10, Жиры-5, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-10, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-565, Белки-9, Жиры-27, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-153, Белки-9, Жиры-7, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-20, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-14, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-375, Белки-9, Жиры-19, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-451, Белки-14, Жиры-14, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-4, Жиры-2, У/в-6
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-164, Белки-10, Жиры-5, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-10, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-565, Белки-9, Жиры-27, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-153, Белки-9, Жиры-7, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-20, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-14, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-375, Белки-9, Жиры-19, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-451, Белки-14, Жиры-14, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-4, Жиры-2, У/в-6
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-164, Белки-10, Жиры-5, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-10, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-565, Белки-9, Жиры-27, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-153, Белки-9, Жиры-7, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-20, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-14, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-375, Белки-9, Жиры-19, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-451, Белки-14, Жиры-14, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-4, Жиры-2, У/в-6
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-164, Белки-10, Жиры-5, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-10, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-565, Белки-9, Жиры-27, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-153, Белки-9, Жиры-7, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-20, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-14, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-375, Белки-9, Жиры-19, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Фарш из индейки, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-451, Белки-14, Жиры-14, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-4, Жиры-2, У/в-6
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-164, Белки-10, Жиры-5, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-31
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-10, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша геркулесовая вязкая(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-180, Белки-18, Жиры-18, У/в-57
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-216, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-99, Белки-1, Жиры-2, У/в-6
Итого за Завтрак1		ККал-495, Белки-21, Жиры-26, У/в-76
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп из овощей на курином бульоне (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Томат-паста, Сметана</i>	ККал-152, Белки-4, Жиры-8, У/в-20
200	Каша перловая с мясом кур(сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-206, Белки-6, Жиры-5, У/в-26
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Фрукты и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-627, Белки-13, Жиры-15, У/в-71
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-228, Белки-5, Жиры-3, У/в-50
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-183, Белки-11, Жиры-15, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
180	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-69, У/в-10
Итого за Ужин		ККал-362, Белки-14, Жиры-17, У/в-49
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша геркулесовая вязкая(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-196, Белки-6, Жиры-9, У/в-20
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-124, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Какао на молоке(ясли) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-414, Белки-10, Жиры-17, У/в-49
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп из овощей на курином бульоне (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Томат-паста, Сметана</i>	ККал-137, Белки-6, Жиры-5, У/в-18
150	Каша перловая с мясом кур (ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-130, Белки-9, Жиры-9, У/в-19
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-96, У/в-8
Итого за Обед		ККал-443, Белки-16, Жиры-14, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(ясли)	ККал-109, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-165, Белки-7, Жиры-5, У/в-42
<u>Ужин</u>		
180	Рыба, запеченная в омлете (ясли) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Фарш минтая, Соль йодированная</i>	ККал-172, Белки-7, Жиры-9, У/в-24
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
150	Фиточай(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-29, У/в-8
Итого за Ужин		ККал-292, Белки-8, Жиры-11, У/в-42
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша геркулесовая вязкая(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-183, Белки-7, Жиры-12, У/в-9
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-486, Белки-14, Жиры-23, У/в-51
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки (сад) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Шейка индеек, Сметана, Лавровый лист</i>	ККал-161, Белки-3, Жиры-8, У/в-29
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень, Лавровый лист</i>	ККал-90, Белки-10, Жиры-7, У/в-18
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-153, Белки-6, Жиры-4, У/в-23
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-658, Белки-25, Жиры-23, У/в-103
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-228, Белки-5, Жиры-3, У/в-50
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин, Курага</i>	ККал-121, Белки-6, Жиры-10, У/в-16
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-340, Белки-9, Жиры-12, У/в-42
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша геркулесовая вязкая(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-196, Белки-6, Жиры-9, У/в-20
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-2, У/в-16
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-396, Белки-8, Жиры-13, У/в-46
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки (ясли) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Сметана, Шейка индеек, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-106, Белки-7, Жиры-5, У/в-15
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень, Лавровый лист</i>	ККал-74, Белки-8, Жиры-7, У/в-7
150	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-457, Белки-21, Жиры-19, У/в-77
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(ясли)	ККал-109, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-106, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
Итого за Полдник		ККал-215, Белки-4, Жиры-5, У/в-37
<u>Ужин</u>		
130	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Курага, Ванилин</i>	ККал-106, Белки-8, Жиры-9, У/в-14
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-245, Белки-9, Жиры-11, У/в-28
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203



Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-103, Белки-3, Жиры-8, У/в-12
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-124, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-327, Белки-6, Жиры-15, У/в-34
<u>Завтрак2</u>		
100	Бифилайф(ясли)	ККал-75, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
Итого за Завтрак2		ККал-75, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
<u>Обед</u>		
150	Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(ясли) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-169, Белки-5, Жиры-9, У/в-15
160	Макаронны с мясом (ясли) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-183, Белки-9, Жиры-9, У/в-22
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-96, У/в-8
Итого за Обед		ККал-528, Белки-15, Жиры-18, У/в-56
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-157, Белки-2, Жиры-4, У/в-16
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-243, Белки-2, Жиры-4, У/в-30
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Фарш минтая, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-14, Жиры-5, У/в-55
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
150	Фиточай(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-29, У/в-8
Итого за Ужин		ККал-227, Белки-15, Жиры-7, У/в-73
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-196, Белки-8, Жиры-15, У/в-13
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-216, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-573, Белки-12, Жиры-25, У/в-49
<u>Завтрак2</u>		
100	Бифилайф(сад)	ККал-138, Жиры-1, У/в-16
Итого за Завтрак2		ККал-138, Жиры-1, У/в-16
<u>Обед</u>		
180	Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(сад) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-143, Белки-9, Жиры-11, У/в-15
180	Макаронны с мясом (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-176, Белки-11, Жиры-11, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-588, Белки-22, Жиры-24, У/в-72
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-157, Белки-2, Жиры-4, У/в-32
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-215, Белки-2, Жиры-4, У/в-47
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Фарш минтая, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-14, Жиры-5, У/в-55
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
180	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-69, У/в-10
Итого за Ужин		ККал-287, Белки-17, Жиры-7, У/в-77
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
170	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-163, Белки-12, Жиры-5, У/в-29
30	Батон(сад)	ККал-146, Белки-5, Жиры-5, У/в-28
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-417, Белки-16, Жиры-10, У/в-70
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из индейки (сад) <i>Шейка индейки, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-197, Белки-8, Жиры-10, У/в-24
80	Котлета рыбная(сад) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-71, Белки-5, Жиры-11, У/в-8
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-121, Белки-6, Жиры-6, У/в-12
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-643, Белки-24, Жиры-31, У/в-77
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(сад)	ККал-121, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-228, Белки-5, Жиры-3, У/в-50
<u>Ужин</u>		
180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-5, Жиры-15, У/в-24
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-424, Белки-8, Жиры-16, У/в-50
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-61, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-143, Белки-17, Жиры-2, У/в-36
20	Батон(ясли)	ККал-105, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-297, Белки-20, Жиры-5, У/в-50
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из индейки(ясли) <i>Шейка индейки, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-177, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-64, Белки-4, Жиры-7, У/в-8
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-118, Белки-2, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-503, Белки-12, Жиры-22, У/в-64
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(ясли)	ККал-109, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-106, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
Итого за Полдник		ККал-215, Белки-4, Жиры-5, У/в-37
<u>Ужин</u>		
150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-13, У/в-24
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-300, Белки-6, Жиры-15, У/в-38
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша геркулесовая молочная(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-176, Белки-13, Жиры-9, У/в-48
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-8, У/в-12
180	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-2, У/в-5
Итого за Завтрак1		ККал-464, Белки-16, Жиры-18, У/в-65
<u>Завтрак2</u>		
100	Абрикос	ККал-95, Белки-1, Жиры-2, У/в-21
Итого за Завтрак2		ККал-95, Белки-1, Жиры-2, У/в-21
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный(сад) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшеничная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-10, Жиры-9, У/в-16
80	Котлета из мяса индейки (сад) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-126, Белки-7, Жиры-9, У/в-19
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-131, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-632, Белки-26, Жиры-26, У/в-99
<u>Полдник</u>		
80	Штоли с изюмом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм</i>	ККал-192, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-77, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-269, Белки-4, Жиры-3, У/в-35
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-154, Белки-4, Жиры-9, У/в-17
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-77, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-7, Жиры-11, У/в-41
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша геркулесовая молочная(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-139, Белки-3, Жиры-10, У/в-30
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-115, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
180	Какао на молоке(ясли) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-348, Белки-9, Жиры-17, У/в-60
<u>Завтрак2</u>		
100	Абрикос	ККал-95, Белки-1, Жиры-2, У/в-21
Итого за Завтрак2		ККал-95, Белки-1, Жиры-2, У/в-21
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Минтай с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшеничная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-4, У/в-14
60	Котлета из мяса индейки (ясли) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-96, Белки-6, Жиры-9, У/в-12
100	Макаронные изделия с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-109, Белки-2, Жиры-2, У/в-26
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-507, Белки-18, Жиры-17, У/в-80
<u>Полдник</u>		
60	Штоли с изюмом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм</i>	ККал-149, Белки-3, Жиры-4, У/в-10
150	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-67, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-215, Белки-3, Жиры-4, У/в-18
<u>Ужин</u>		
180	Рагу овощное (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-110, Белки-10, Жиры-6, У/в-6
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Фиточай(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-35, У/в-9
Итого за Ужин		ККал-235, Белки-11, Жиры-7, У/в-25
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Запеканка творожная с изюмом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм, Ванилин</i>	ККал-123, Белки-25, Жиры-27, У/в-29
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-216, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-448, Белки-27, Жиры-33, У/в-56
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп с клецками со сметаной на бульоне из куриной грудки(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-146, Белки-7, Жиры-6, У/в-25
190	Каша перловая с мясом кур(сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-196, Белки-6, Жиры-5, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
Итого за Обед		ККал-610, Белки-16, Жиры-12, У/в-75
<u>Полдник</u>		
70	Печенье(сад)	ККал-170, Белки-3, Жиры-4, У/в-27
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-276, Белки-6, Жиры-4, У/в-57
<u>Ужин</u>		
200	Оладьи (сад) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи пресованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-235, Белки-5, Жиры-11, У/в-20
60	Повидло (сад)	ККал-64, У/в-25
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-407, Белки-5, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
110	Запеканка творожная с изюмом(ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм, Ванилин</i>	ККал-182, Белки-19, Жиры-12, У/в-49
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-124, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-355, Белки-21, Жиры-17, У/в-64
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп с клецками со сметаной на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-188, Белки-7, Жиры-10, У/в-16
110	Каша перловая с мясом кур(ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-110, Белки-4, Жиры-8, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-96, У/в-8
Итого за Обед		ККал-473, Белки-13, Жиры-18, У/в-52
<u>Полдник</u>		
50	Печенье(ясли)	ККал-109, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-106, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
Итого за Полдник		ККал-215, Белки-4, Жиры-5, У/в-37
<u>Ужин</u>		
180	Оладьи (ясли) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-164, Белки-4, Жиры-6, У/в-12
40	Повидло (ясли)	ККал-58, У/в-20
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-270, Белки-4, Жиры-6, У/в-36
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-196, Белки-8, Жиры-15, У/в-13
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-161, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
Итого за Завтрак1		ККал-499, Белки-15, Жиры-26, У/в-54
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
200	Суп с макаронными изделиями на бульоне из индейки (сад) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-219, Белки-9, Жиры-11, У/в-27
150	Каша перловая с мясом кур(сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-159, Белки-3, Жиры-4, У/в-9
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-141, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
200	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-126, Белки-3, Жиры-3, У/в-20
Итого за Обед		ККал-645, Белки-17, Жиры-20, У/в-71
<u>Полдник</u>		
80	Булочка домашняя (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло растительное</i>	ККал-125, Жиры-2, У/в-7
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-86, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-211, Жиры-2, У/в-22
<u>Ужин</u>		
200	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин, Курага</i>	ККал-139, Белки-17, Жиры-11, У/в-73
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-110, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-357, Белки-20, Жиры-13, У/в-99
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-208, Белки-16, Жиры-9, У/в-36
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-2, У/в-16
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-408, Белки-18, Жиры-12, У/в-63
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из индейки(ясли) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-177, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
110	Каша перловая с мясом кур(ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-110, Белки-4, Жиры-8, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-431, Белки-9, Жиры-18, У/в-60
<u>Полдник</u>		
60	Булочка домашняя (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло растительное</i>	ККал-123, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-203, Белки-2, Жиры-3, У/в-28
<u>Ужин</u>		
180	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Курага, Ванилин</i>	ККал-147, Белки-11, Жиры-12, У/в-19
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Фиточай(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-35, У/в-9
Итого за Ужин		ККал-272, Белки-12, Жиры-14, У/в-38
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203