

Меню ДООУ (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-141, Белки-3, Жиры-9, У/в-26
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-449, Белки-7, Жиры-17, У/в-57
<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>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Рассольник на бульоне из мяса кур со сметаной(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурец консервированный, *Вода, Сметана, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Лавровый лист, Грудка кур</i>	ККал-137, Белки-5, Жиры-8, 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</i>	ККал-157, Белки-11, Жиры-10, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-606, Белки-23, Жиры-25, У/в-95
<u>Полдник</u>		
70	Пряник (сад)	ККал-122, Белки-2, Жиры-8, У/в-17
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-260, Белки-2, Жиры-8, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-188, Белки-18, Жиры-8, У/в-30
50	Соус ягодный <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-8, У/в-6
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-428, Белки-21, Жиры-10, У/в-62
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-127, Белки-6, Жиры-5, У/в-30
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-307, Белки-9, Жиры-14, У/в-52
<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>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-12
150	Рассольник на бульонеиз из мяса курсо сметаной(ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурец консервированный, *Вода, Сметана, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Грудка кур, Лавровый лист</i>	ККал-155, Белки-5, Жиры-7, У/в-17
150	Каша перловая с мясом кур (ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло растительное, Лук репчатый</i>	ККал-130, Белки-9, Жиры-9, У/в-19
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-89, 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-18, Жиры-21, У/в-75
<u>Полдник</u>		
50	Пряник(ясли)	ККал-105, Белки-2, Жиры-3, У/в-8
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-185, Белки-2, Жиры-3, У/в-17
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-162, Белки-12, Жиры-8, У/в-26
40	Соус ягодный <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-6, У/в-5
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-106, 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-322, Белки-13, Жиры-9, У/в-45
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (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-154, Белки-7, Жиры-6, У/в-25
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-80, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
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-328, Белки-12, Жиры-16, У/в-65
<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 соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки (сад) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек, Лавровый лист</i>	ККал-151, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное, Сметана</i>	ККал-62, Белки-5, Жиры-9, У/в-10
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-8, Жиры-8, У/в-26
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-697, Белки-20, Жиры-24, У/в-80
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с творогом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная, Ванилин</i>	ККал-176, Белки-4, Жиры-8, У/в-13
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-283, Белки-7, Жиры-8, У/в-44
<u>Ужин</u>		
200	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-173, Белки-11, Жиры-10, У/в-31
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-405, Белки-15, Жиры-12, У/в-57
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-139, Белки-3, Жиры-9, У/в-20
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-315, Белки-9, Жиры-16, 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>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек, Лавровый лист</i>	ККал-139, Белки-2, Жиры-4, У/в-12
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-47, Белки-6, Жиры-5, У/в-9
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-158, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-89, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-483, Белки-13, Жиры-13, У/в-63
<u>Полдник</u>		
60	Ватрушка с творогом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная, Ванилин</i>	ККал-148, Белки-5, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-28
Итого за Полдник		ККал-204, Белки-9, Жиры-7, У/в-39
<u>Ужин</u>		
180	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-158, Белки-10, Жиры-9, У/в-27
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-106, 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-313, Белки-12, Жиры-11, У/в-41
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (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-193, Белки-10, Жиры-9, У/в-21
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-501, Белки-14, Жиры-17, 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>		
60	Салат "Зимний" (сад) <i>Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Картофель</i>	ККал-116, Белки-3, Жиры-3, У/в-18
180	Суп с макаронными изделиями (сад) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Картофель, Масло растительное, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-116, Белки-9, Жиры-8, У/в-18
80	Котлета из мяса индейки (сад) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-127, Белки-8, Жиры-13, У/в-8
150	Капуста тушеная (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-104, Белки-3, Жиры-8, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-677, Белки-27, Жиры-36, У/в-98
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-91, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-198, Белки-5, Жиры-3, У/в-50
<u>Ужин</u>		
200	Макароны запеченные с яйцом (сад) <i>Макаронные изделия, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-133, Белки-4, Жиры-2, У/в-20
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-365, Белки-7, Жиры-4, У/в-45
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-118, Белки-4, Жиры-4, У/в-16
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-298, Белки-7, Жиры-13, У/в-38
<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>		
40	Салат "Зимний" (ясли) <i>Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Картофель</i>	ККал-90, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Суп с макаронными изделиями (ясли) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Картофель, Масло растительное, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-174, Белки-5, Жиры-4, У/в-13
60	Котлета из мяса индейки (ясли) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-95, Белки-7, Жиры-6, У/в-2
130	Капуста тушенная (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль йодированная</i>	ККал-89, Белки-3, Жиры-4, У/в-10
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-89, 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-602, Белки-20, Жиры-20, У/в-69
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-91, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-28
Итого за Полдник		ККал-147, Белки-6, Жиры-6, У/в-47
<u>Ужин</u>		
180	Макароны запеченные с яйцом (ясли) <i>Макаронные изделия, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-113, Белки-7, Жиры-6, У/в-21
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-106, 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-267, Белки-9, Жиры-8, 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 рисовая вязкая(сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-202, Белки-5, Жиры-10, У/в-26
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-80, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
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-376, Белки-10, Жиры-20, У/в-66
<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>		
60	Горошек зеленый консервированный (сад)	ККал-113, Белки-6, Жиры-2, У/в-20
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-125, Белки-6, Жиры-6, У/в-20
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-89, Белки-8, Жиры-6, У/в-12
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-4, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-670, Белки-27, Жиры-20, У/в-107
<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-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Кефир (сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
Итого за Полдник		ККал-275, Белки-5, Жиры-7, У/в-26
<u>Ужин</u>		
80	Котлета рыбная(сад) <i>Рыба, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-85, Белки-4, Жиры-7, У/в-10
120	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-74, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-391, Белки-10, Жиры-13, У/в-47
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 рисовая вязкая(ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-146, Белки-4, Жиры-8, У/в-20
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-322, Белки-10, Жиры-15, 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>		
40	Горошек зеленый консервированный (ясли)	ККал-40, Белки-3, Жиры-1, У/в-11
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-107, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-73, Белки-6, Жиры-6, У/в-11
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-101, Белки-2, Жиры-3, У/в-26
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
Итого за Обед		ККал-474, Белки-17, Жиры-17, У/в-85
<u>Полдник</u>		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода, Ванилин</i>	ККал-136, Белки-2, Жиры-3, У/в-13
150	Кефир (ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
Итого за Полдник		ККал-211, Белки-3, Жиры-7, У/в-21
<u>Ужин</u>		
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Рыба, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-74, Белки-5, Жиры-4, У/в-8
120	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-78, Белки-6, Жиры-3, У/в-15
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-106, 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-307, Белки-12, Жиры-9, У/в-37
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	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-187, Белки-10, Жиры-9, У/в-27
30/10	Батон с сыром (сад) Сыр, Батон	ККал-197, Белки-2, Жиры-6, У/в-13
200	Кофейный напиток(сад) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-495, Белки-14, Жиры-17, У/в-58
<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	Винегрет овощной(сад) Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная	ККал-101, Белки-3, Жиры-2, У/в-20
180	Суп на курином бульоне с яйцом и гренками (сад) Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Лавровый лист, Грудка кур	ККал-205, Белки-10, Жиры-13, У/в-31
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная	ККал-199, Белки-9, Жиры-11, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-719, Белки-27, Жиры-31, У/в-112
<u>Полдник</u>		
130	Каша гороховая (сад) Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-174, Белки-7, Жиры-7, У/в-31
70	Печенье	ККал-91, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-109, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-498, Белки-12, Жиры-12, У/в-76
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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-162, Белки-9, Жиры-10, У/в-25
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-342, Белки-12, Жиры-19, У/в-47
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Винегрет овощной(ясли) Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная	ККал-88, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
150	Суп на курином бульоне с яйцом и гренками (ясли) Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Лавровый лист, Грудка кур	ККал-180, Белки-6, Жиры-7, У/в-13
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-160, Белки-8, Жиры-8, У/в-32
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-572, Белки-19, Жиры-21, У/в-80
<u>Полдник</u>		
110	Каша гороховая (ясли) Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-154, Белки-8, Жиры-3, У/в-29
70	Печенье	ККал-91, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-106, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-4
Итого за Полдник		ККал-400, Белки-11, Жиры-8, У/в-62
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (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-134, Белки-4, Жиры-14, У/в-30
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-442, Белки-8, Жиры-22, У/в-61
<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 (сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-123, Белки-4, Жиры-7, У/в-11
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-89, Белки-8, Жиры-10, У/в-12
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-4, У/в-32
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-575, Белки-21, Жиры-25, У/в-87
<u>Полдник</u>		
80	Штоли с изюмом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм, Ванилин</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-297, Белки-4, Жиры-3, У/в-36
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-188, Белки-18, Жиры-8, У/в-30
50	Соус ягодный <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-8, У/в-6
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-428, Белки-21, Жиры-10, У/в-62
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-127, Белки-6, Жиры-7, У/в-30
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-307, Белки-9, Жиры-16, У/в-52
<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 (ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-117, Белки-3, Жиры-5, У/в-6
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-73, Белки-8, Жиры-8, У/в-13
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-162, Белки-2, Жиры-3, 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-496, Белки-16, Жиры-18, У/в-72
<u>Полдник</u>		
60	Штоли с изюмом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм, Ванилин</i>	ККал-109, Белки-3, Жиры-4, У/в-10
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-189, Белки-3, Жиры-4, У/в-19
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-162, Белки-12, Жиры-8, У/в-26
40	Соус ягодный <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-6, У/в-5
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-106, 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-322, Белки-13, Жиры-9, У/в-45
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

(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-159, Белки-5, Жиры-11, У/в-32
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-80, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
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-333, Белки-11, Жиры-21, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Борщ из свежей капусты на бульоне из куриной грудки со сметаной (сад) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода, Томат-паста</i>	ККал-195, Белки-7, Жиры-11, У/в-26
200	Каша гречневая с мясом кур(сад) <i>Крупа гречневая, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Соль йодированная, Масло сливочное, Томат-паста</i>	ККал-195, Белки-6, Жиры-13, У/в-9
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-717, Белки-17, Жиры-29, У/в-77
<u>Полдник</u>		
70	Печенье (сад)	ККал-106, Белки-1, Жиры-2, У/в-22
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-213, Белки-5, Жиры-2, У/в-53
<u>Ужин</u>		
200	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-248, Белки-18, Жиры-6, У/в-19
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-480, Белки-21, Жиры-8, У/в-45
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-165, Белки-4, Жиры-8, У/в-21
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-341, Белки-10, Жиры-14, У/в-47
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-12
150	Борщ из свежей капусты на бульоне из куриной грудки со сметаной (ясли) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода, Томат-паста</i>	ККал-171, Белки-5, Жиры-6, У/в-17
180	Каша гречневая с мясом кур(ясли) <i>Крупа гречневая, Масло растительное, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Соль йодированная, Масло сливочное, Томат-паста</i>	ККал-189, Белки-9, Жиры-9, У/в-21
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-596, Белки-17, Жиры-18, У/в-69
<u>Полдник</u>		
50	Печенье (ясли)	ККал-62, Белки-1, Жиры-2, У/в-20
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-4, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-118, Белки-7, Жиры-6, У/в-43
<u>Ужин</u>		
180	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-188, Белки-8, Жиры-6, У/в-19
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-106, 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-342, Белки-9, Жиры-8, У/в-34
Итого за		ККал-1 440, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный пшениный (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-195, Белки-3, Жиры-9, У/в-17
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Батон(сад)	ККал-142, Белки-5, Жиры-5, У/в-28
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-502, Белки-16, Жиры-21, У/в-64
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Зайчик" (сад) <i>Морковь, Яблоки, Сахар (песок), Масло растительное</i>	ККал-158, Белки-1, Жиры-4, У/в-26
Итого за Завтрак2		ККал-158, Белки-1, Жиры-4, У/в-26
<u>Обед</u>		
60	Салат "Зимний" (сад) <i>Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Картофель</i>	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-18
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Фарш из индейки, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-101, Белки-5, Жиры-4, У/в-8
80	Котлета из мяса индейки (сад) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-87, Белки-4, Жиры-4, У/в-8
150	Капуста тушеная (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-84, Белки-3, Жиры-8, У/в-14
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-532, Белки-18, Жиры-21, У/в-76
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная, Ванилин</i>	ККал-99, Белки-4, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-206, Белки-7, Жиры-2, У/в-49
<u>Ужин</u>		
80	Котлета рыбная(сад) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-85, Белки-4, Жиры-5, У/в-10
125/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-86, Белки-5, Жиры-5, У/в-11
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-403, Белки-12, Жиры-12, У/в-46
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	Суп молочный пшениный (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-133, Белки-4, Жиры-4, У/в-15
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
20	Батон(ясли)	ККал-114, Белки-3, Жиры-7, У/в-10
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-369, Белки-14, Жиры-17, У/в-37
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Зайчик" (ясли) <i>Морковь, Яблоки, Сахар (песок), Масло растительное</i>	ККал-77, Белки-1, Жиры-3, У/в-37
Итого за Завтрак2		ККал-77, Белки-1, Жиры-3, У/в-37
<u>Обед</u>		
40	Салат "Зимний" (ясли) <i>Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Картофель</i>	ККал-60, Белки-2, Жиры-2, У/в-16
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Фарш из индейки, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-117, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
60	Котлета из мяса индейки (ясли) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-95, Белки-3, Жиры-3, У/в-2
130	Капуста тушенная (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-89, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
Итого за Обед		ККал-515, Белки-12, Жиры-10, У/в-61
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная, Ванилин</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>		
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-8
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-72, Белки-2, Жиры-5, У/в-15
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-275, Белки-5, Жиры-12, У/в-38
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (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-164, Белки-12, Жиры-13, У/в-25
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-455, Белки-15, Жиры-21, У/в-67
<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	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Щи из свежей капусты на бульоне из куриной грудки(сад) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Грудка кур, Сметана, Лавровый лист</i>	ККал-156, Белки-10, Жиры-12, У/в-21
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-182, Белки-9, Жиры-13, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-626, Белки-25, Жиры-29, У/в-84
<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>		
200	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-199, Белки-6, Жиры-5, У/в-29
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-431, Белки-9, Жиры-7, У/в-55
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-169, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, 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-375, Белки-10, Жиры-17, У/в-52
<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>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Щи из свежей капусты на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Грудка кур, Сметана, Лавровый лист</i>	ККал-155, Белки-8, Жиры-10, У/в-16
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-166, Белки-8, Жиры-7, 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-468, Белки-19, Жиры-20, У/в-61
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-168, Белки-8, Жиры-4, У/в-38
<u>Ужин</u>		
180	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-164, Белки-3, Жиры-5, 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-303, Белки-5, Жиры-6, 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 вязкая(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-163, Белки-10, Жиры-9, У/в-21
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-80, 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-354, Белки-16, Жиры-19, У/в-51
<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>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-125, Белки-6, Жиры-6, У/в-20
80	Котлета из мяса индейки (сад) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-87, Белки-4, Жиры-5, У/в-8
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-157, Белки-8, Жиры-8, У/в-19
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-662, Белки-23, Жиры-24, У/в-104
<u>Полдник</u>		
80	Булочка с маком (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-182, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-320, Белки-4, Жиры-3, У/в-43
<u>Ужин</u>		
200	Запеканка творожная с изюмом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм, Ванилин</i>	ККал-174, Белки-7, Жиры-12, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-406, 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-118, Белки-7, Жиры-9, У/в-21
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-268, Белки-11, Жиры-15, У/в-38
<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>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-58, Белки-1, У/в-6
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-107, Белки-6, Жиры-9, 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-95, Белки-6, Жиры-5, У/в-12
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-150, Белки-2, Жиры-4, У/в-29
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-553, Белки-19, Жиры-21, У/в-89
<u>Полдник</u>		
60	Булочка с маком (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-139, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-219, Белки-2, Жиры-3, У/в-32
<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 ДООУ (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-164, Белки-8, Жиры-14, У/в-32
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-472, Белки-12, Жиры-22, У/в-63
<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	Рассольник на бульоне из шеек индеек со сметаной(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурец консервированный, *Вода, Сметана, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-128, Белки-9, Жиры-7, У/в-12
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-89, Белки-8, Жиры-10, У/в-19
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-149, Белки-4, Жиры-4, У/в-33
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-580, Белки-26, Жиры-25, У/в-96
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-124, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-262, Белки-2, Жиры-2, У/в-25
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-188, Белки-11, Жиры-8, У/в-30
50	Соус ягодный <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-8, У/в-6
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-428, Белки-14, Жиры-10, У/в-62
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-169, Белки-6, Жиры-9, У/в-27
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, 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-349, Белки-9, Жиры-16, У/в-49
<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	Рассольник на бульоне из шеек индеек со сметаной(ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурец консервированный, *Вода, Сметана, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-110, Белки-8, Жиры-7, У/в-5
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-73, Белки-7, Жиры-8, У/в-13
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-138, Белки-2, Жиры-3, 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-465, Белки-20, Жиры-21, У/в-72
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-192, Белки-2, Жиры-1, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-162, Белки-9, Жиры-8, У/в-26
40	Соус ягодный <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-6, У/в-5
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-307, Белки-10, Жиры-9, У/в-45
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (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-174, Белки-9, Жиры-14, У/в-30
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
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-388, Белки-15, Жиры-23, У/в-70
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый"яблоки/изюм (сад) <i>Яблоки, Изюм, Молоко сгущенное</i>	ККал-115, Белки-2, Жиры-1, У/в-21
Итого за Завтрак2		ККал-115, Белки-2, Жиры-1, У/в-21
<u>Обед</u>		
60	Салат из свеклы (сад) <i>Свекла, Масло растительное</i>	ККал-76, Белки-1, У/в-9
180	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки (сад) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек, Лавровый лист</i>	ККал-171, Белки-6, Жиры-9, У/в-19
180	Макаронны по флотски (сад) <i>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый</i>	ККал-133, Белки-8, Жиры-5, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-609, Белки-17, Жиры-16, У/в-75
<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-184, Белки-2, Жиры-6, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-290, Белки-5, Жиры-6, У/в-50
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Фарш минтая, Соль йодированная</i>	ККал-166, Белки-12, Жиры-12, У/в-20
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-398, Белки-15, Жиры-14, У/в-46
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) Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)	ККал-127, Белки-3, Жиры-10, У/в-30
20/10	Батон с маслом(ясли) Масло сливочное, Батон	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-303, Белки-9, Жиры-17, У/в-56
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый"яблоко/изюм (ясли) Яблоки, Изюм, Молоко сгущенное	ККал-104, Белки-2, Жиры-1, У/в-16
Итого за Завтрак2		ККал-104, Белки-2, Жиры-1, У/в-16
<u>Обед</u>		
40	Салат из свеклы (ясли) Свекла, Масло растительное	ККал-26, Белки-1, У/в-4
150	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки(ясли) Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек, Лавровый лист	ККал-139, Белки-2, Жиры-6, У/в-12
160	Макаронны по флотски (ясли) Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Фарш из индейки, Лук репчатый	ККал-162, Белки-7, Жиры-7, У/в-19
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-96, У/в-8
Итого за Обед		ККал-503, Белки-11, Жиры-13, У/в-53
<u>Полдник</u>		
60	Булочка домашняя (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло растительное	ККал-143, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-8, Жиры-5, У/в-39
<u>Ужин</u>		
180	Рыба, запеченная в омлете (ясли) Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Фарш минтая, Соль йодированная	ККал-152, Белки-11, Жиры-8, У/в-24
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-291, Белки-12, Жиры-10, У/в-38
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (сад)

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

Завтрак1

160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-173, Белки-14, Жиры-11, У/в-15
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-481, Белки-18, Жиры-19, У/в-46

Завтрак2

180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
-----	--	-----------------

Итого за Завтрак2 ККал-58, У/в-15

Обед

60	Салат "Зимний" (сад) <i>Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Картофель</i>	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-18
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки (сад) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист, Сметана</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-8, У/в-15
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-154, Белки-5, Жиры-10, У/в-17
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-579, Белки-20, Жиры-25, У/в-82

Полдник

50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
60	Повидло (сад)	ККал-64, У/в-25
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31

Итого за Полдник ККал-294, Белки-7, Жиры-2, У/в-68

Ужин

200	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-156, Белки-6, Жиры-12, У/в-24
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-388, Белки-9, Жиры-14, У/в-50

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-146, Белки-6, Жиры-5, У/в-15
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, 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-326, Белки-9, Жиры-12, У/в-37
<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>		
40	Салат "Зимний" (ясли) <i>Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло растительное, Картофель</i>	ККал-60, Белки-2, Жиры-2, У/в-16
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло растительное, *Вода, Сметана, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-5, Жиры-8, У/в-11
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-124, Белки-8, Жиры-7, У/в-11
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-447, Белки-18, Жиры-20, У/в-66
<u>Полдник</u>		
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
40	Повидло (ясли)	ККал-58, У/в-20
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-204, Белки-7, Жиры-5, У/в-53
<u>Ужин</u>		
180	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-198, Белки-7, Жиры-9, У/в-19
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-337, Белки-9, Жиры-11, У/в-34
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-123, Белки-4, Жиры-8, У/в-24
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Батон(сад)	ККал-142, Белки-5, Жиры-5, У/в-28
200	Кофейный напиток(сад) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-430, Белки-17, Жиры-20, У/в-72
<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>		
60	Зеленый горошек консервированный (сад)	ККал-74, Белки-2, Жиры-1, У/в-13
180	Суп рыбный(сад) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Томат-паста, Лавровый лист	ККал-125, Белки-4, Жиры-6, У/в-8
80	Гуляш из печени (сад) Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная	ККал-89, Белки-4, Жиры-7, У/в-19
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное	ККал-144, Белки-4, Жиры-4, У/в-33
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-626, Белки-17, Жиры-20, У/в-100
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода, Ванилин	ККал-149, Белки-2, Жиры-3, У/в-21
100	Биокефирлайт(сад)	ККал-61, Белки-5, Жиры-7, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-210, Белки-8, Жиры-9, У/в-26
<u>Ужин</u>		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
150	Каша гороховая (сад) Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-141, Белки-7, Жиры-8, У/в-21
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-447, Белки-11, Жиры-10, 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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

150	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-89, Белки-4, Жиры-8, У/в-24
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
20	Батон(ясли)	ККал-105, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-1, У/в-11

Итого за Завтрак1 ККал-316, Белки-14, Жиры-17, У/в-46

Завтрак2

150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
-----	------------	-----------------

Итого за Завтрак2 ККал-86, У/в-14

Обед

40	Зеленый горошек консервированный (ясли)	ККал-74, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста	ККал-97, Белки-2, Жиры-4, У/в-14
60	Гуляш из печени (ясли) Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная	ККал-73, Белки-4, Жиры-6, У/в-15
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное	ККал-118, Белки-2, Жиры-2, У/в-26
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина	ККал-75, У/в-13

Итого за Обед ККал-515, Белки-14, Жиры-14, У/в-90

Полдник

60	Плюшка (ясли) Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода, Ванилин	ККал-116, Белки-2, Жиры-3, У/в-13
100	Биокефирлайт (ясли)	ККал-61, Белки-5, Жиры-7, У/в-6

Итого за Полдник ККал-177, Белки-8, Жиры-10, У/в-19

Ужин

40	Огурец соленый (ясли)	ККал-5, У/в-1
140	Каша гороховая (ясли) Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-161, Белки-5, Жиры-4, У/в-19
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-4

Итого за Ужин ККал-305, Белки-7, Жиры-6, У/в-35

Итого за ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша рисовая вязкая(сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-10, У/в-16
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
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-383, Белки-13, Жиры-20, У/в-56
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Кукуруза консервированная (сад)	ККал-100, Белки-6, Жиры-2, У/в-15
180	Борщ со сметаной(сад) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода, Шейка индеек, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-118, Белки-5, Жиры-7, У/в-10
80	Котлета рыбная(сад) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-85, Белки-7, Жиры-5, У/в-7
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-111, Белки-4, Жиры-6, У/в-9
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-628, Белки-27, Жиры-24, У/в-74
<u>Полдник</u>		
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
15	Молоко сгущеное вареное (сад)	ККал-64, Белки-1, Жиры-4, У/в-11
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-294, Белки-8, Жиры-6, У/в-54
<u>Ужин</u>		
200	Оладьи (сад) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-221, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-437, Белки-5, Жиры-10, У/в-62
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 рисовая вязкая(ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-146, Белки-4, Жиры-8, У/в-20
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-322, Белки-10, Жиры-15, У/в-46
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Кукуруза консервированная (ясли)	ККал-89, Белки-6, Жиры-2, У/в-10
150	Борщ со сметаной(ясли) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода, Шейка индеек, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-124, Белки-4, Жиры-6, У/в-10
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-8
150	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-113, Белки-3, Жиры-3, 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-534, Белки-18, Жиры-19, У/в-74
<u>Полдник</u>		
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-91, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
10	Молоко сгущенное вареное (ясли)	ККал-64, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-210, Белки-8, Жиры-8, У/в-42
<u>Ужин</u>		
180	Оладьи (ясли) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-208, Белки-4, Жиры-4, У/в-23
40	Молоко сгущенное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-291, Белки-6, Жиры-6, У/в-30
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (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-139, Белки-11, Жиры-14, У/в-32
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-447, Белки-15, Жиры-22, У/в-63
<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>		
60	Салат из свеклы (сад) <i>Свекла, Масло растительное</i>	ККал-76, Белки-1, У/в-9
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, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-122, Белки-6, Жиры-10, 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-89, Белки-8, Жиры-6, У/в-19
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-141, Белки-8, Жиры-8, У/в-19
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-642, Белки-28, Жиры-28, У/в-93
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-91, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-229, Белки-2, Жиры-3, У/в-34
<u>Ужин</u>		
200	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-192, Белки-6, Жиры-5, У/в-31
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-9, Жиры-7, У/в-56
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-169, Белки-9, Жиры-9, У/в-17
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, 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-349, Белки-12, Жиры-16, У/в-39
<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>		
40	Салат из свеклы (ясли) <i>Свекла, Масло растительное</i>	ККал-26, Белки-1, У/в-4
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, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-113, Белки-9, Жиры-9, У/в-14
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-73, Белки-7, Жиры-6, У/в-15
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-121, Белки-4, Жиры-6, У/в-24
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-477, Белки-23, Жиры-24, У/в-84
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-91, 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-171, Белки-2, Жиры-3, У/в-28
<u>Ужин</u>		
180	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-177, Белки-3, Жиры-3, 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-316, Белки-5, Жиры-5, У/в-38
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДООУ (сад)

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

Завтрак1

180	Каша пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-225, Белки-9, Жиры-11, У/в-31
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
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-439, Белки-14, Жиры-20, У/в-71

Завтрак2

180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
-----	-----------------	--------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-88, Белки-1, У/в-15

Обед

180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Фарш из индейки, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-171, Белки-7, Жиры-7, У/в-22
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Филе минтая, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло растительное</i>	ККал-92, Белки-10, Жиры-9, У/в-22
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-176, Белки-6, Жиры-6, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-668, Белки-26, Жиры-24, У/в-99

Полдник

80	Штоли с изюмом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм, Ванилин</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Кефир (сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5

Итого за Полдник ККал-249, Белки-5, Жиры-8, У/в-26

Ужин

200	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-124, Белки-5, Жиры-6, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-123, 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-356, Белки-8, Жиры-8, У/в-51

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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

150	Каша пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-198, Белки-8, Жиры-7, У/в-27
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-374, Белки-13, Жиры-14, У/в-52

Завтрак2

150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
-----	------------	-----------------

Итого за Завтрак2 ККал-86, У/в-14

Обед

150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Фарш из индейки, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-117, Белки-6, Жиры-5, У/в-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Филе минтая, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста</i>	ККал-38, Белки-10, Жиры-9, У/в-18
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-151, Белки-2, Жиры-5, 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-481, Белки-20, Жиры-20, У/в-77

Полдник

60	Штоли с изюмом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм, Ванилин</i>	ККал-109, Белки-3, Жиры-4, У/в-10
150	Кефир (ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8

Итого за Полдник ККал-184, Белки-4, Жиры-8, У/в-18

Ужин

180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-136, Белки-4, Жиры-4, У/в-28
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-275, Белки-5, Жиры-6, 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>		
180	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-14, У/в-22
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-468, Белки-9, Жиры-22, У/в-53
<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 (сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Грудка кур, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-163, Белки-9, Жиры-11, У/в-11
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-157, Белки-11, Жиры-10, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-534, Белки-25, Жиры-25, У/в-67
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-109, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-216, 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</i>	ККал-218, Белки-11, Жиры-8, У/в-26
50	Соус ягодный (сад) <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-64, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-133, 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-524, Белки-14, Жиры-10, У/в-76
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 "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-165, Белки-6, Жиры-8, У/в-16
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, 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-345, Белки-9, Жиры-14, У/в-38
<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 (ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Грудка кур, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-152, Белки-5, Жиры-9, У/в-7
160	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-133, Белки-7, Жиры-7, 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-429, Белки-16, Жиры-18, У/в-52
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	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>		
140	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-178, Белки-9, Жиры-8, У/в-23
40	Соус ягодный (ясли) <i>*Вода, Крахмал картофельный, Сахар (песок), Концентрат киселя</i>	ККал-58, У/в-20
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-375, Белки-10, Жиры-9, У/в-57
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

180	Каша геркулесовая молочная(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-174, Белки-9, Жиры-14, У/в-33
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
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-388, Белки-15, Жиры-23, У/в-73

Завтрак2

100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15

Обед

180	Суп рыбный(сад) <i>Скумбрия с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-175, Белки-4, Жиры-6, У/в-8
150	Капуста тушенная (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло растительное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-104, Белки-3, Жиры-8, У/в-21
80	Котлета из мяса индейки (сад) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-107, Белки-4, Жиры-6, У/в-15
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-580, Белки-13, Жиры-22, У/в-72

Полдник

80	Булочка с маком (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-210, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-316, Белки-7, Жиры-3, У/в-59

Ужин

200	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-216, Белки-15, Жиры-10, У/в-16
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-133, 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-458, Белки-18, 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 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-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-315, Белки-9, Жиры-17, У/в-56
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный(ясли) <i>Скумбрия с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-2, Жиры-5, У/в-14
130	Капуста тушенная (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-89, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
60	Котлета из мяса индейки (ясли) <i>Фарш из индейки, Масло растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо, Хлеб белый</i>	ККал-95, Белки-6, Жиры-5, У/в-9
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-79, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
Итого за Обед		ККал-485, Белки-12, Жиры-13, У/в-56
<u>Полдник</u>		
60	Булочка с маком (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-174, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-230, Белки-8, Жиры-5, У/в-46
<u>Ужин</u>		
180	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-188, Белки-12, Жиры-10, У/в-19
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-327, Белки-13, Жиры-12, У/в-34
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 (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-233, Белки-12, Жиры-9, У/в-38
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-197, 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-540, Белки-16, Жиры-17, У/в-69
<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 из овощей на бульоне из шейки индейки (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло растительное, Шейка индеек, Томат-паста, Лавровый лист, Сметана</i>	ККал-137, Белки-6, Жиры-9, У/в-21
80	Котлета рыбная(сад) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-85, Белки-10, Жиры-8, У/в-14
150	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-141, Белки-9, Жиры-10, У/в-29
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-577, Белки-30, Жиры-32, У/в-96
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-124, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-86, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-210, Белки-2, Жиры-2, У/в-25
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-173, Белки-3, Жиры-7, У/в-30
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-133, 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-415, Белки-6, Жиры-9, У/в-56
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	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-178, Белки-9, Жиры-8, У/в-23
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, 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-358, Белки-12, Жиры-14, У/в-45
<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, Сметана, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-6, Жиры-7, У/в-18
120	Каша гороховая (ясли) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-138, Белки-7, Жиры-8, У/в-31
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Фарш минтая, Масло растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-64, Белки-7, Жиры-9, У/в-8
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-465, Белки-23, Жиры-27, У/в-86
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-192, Белки-2, Жиры-1, У/в-23
<u>Ужин</u>		
180	Овощное ассорти (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
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-299, Белки-5, Жиры-5, 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 пшениная вязкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-205, Белки-7, Жиры-11, У/в-36
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-120, 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-436, Белки-13, Жиры-21, У/в-65
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп постный (сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-145, Белки-5, Жиры-7, У/в-5
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-89, Белки-8, Жиры-10, У/в-19
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-144, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-101, 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-592, Белки-22, Жиры-25, У/в-87
<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-149, Белки-2, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-107, Белки-3, У/в-31
Итого за Полдник		ККал-255, Белки-6, Жиры-3, У/в-52
<u>Ужин</u>		
200	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-216, Белки-10, Жиры-10, У/в-16
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-133, 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-458, Белки-13, 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 пшениная вязкая(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-198, Белки-6, Жиры-7, У/в-27
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-82, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
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-348, Белки-10, Жиры-13, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
150	Суп постный (ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Масло растительное, Соль йодированная, Сметана, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-136, Белки-3, Жиры-4, У/в-5
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень куриная</i>	ККал-73, Белки-7, Жиры-8, У/в-15
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-157, Белки-2, Жиры-2, У/в-30
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-510, Белки-15, Жиры-16, У/в-78
<u>Полдник</u>		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода, Ванилин</i>	ККал-116, Белки-2, Жиры-3, У/в-13
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-5, Жиры-3, У/в-23
Итого за Полдник		ККал-172, Белки-8, Жиры-6, У/в-36
<u>Ужин</u>		
180	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло растительное, Сыр</i>	ККал-188, Белки-8, Жиры-10, У/в-19
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-327, Белки-9, Жиры-12, У/в-34
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203