

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша рисовая молочная (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-8, Жиры-11, У/в-29
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-368, Белки-13, Жиры-21, 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>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
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</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-12, У/в-23
200	Каша перловая с мясом индейки (сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-153, Белки-8, Жиры-12, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-615, Белки-21, Жиры-28, У/в-86
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-271, Белки-3, Жиры-4, У/в-31
<u>Ужин</u>		
160	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-181, Белки-13, Жиры-5, У/в-14
60	Повидло (сад)	ККал-154, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
180	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-39, У/в-10
Итого за Ужин		ККал-488, Белки-16, Жиры-7, У/в-61
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 рисовая молочная (ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-173, Белки-5, Жиры-5, У/в-39
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-364, Белки-11, Жиры-12, У/в-70
<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-14
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, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-7, Жиры-11, У/в-15
150	Каша перловая с мясом индейки (ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-161, Белки-8, Жиры-6, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-437, Белки-17, Жиры-20, У/в-69
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-213, Белки-3, Жиры-4, У/в-25
Итого за		ККал-1 100, Белки-31, Жиры-36, У/в-177

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша рисовая молочная (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-8, Жиры-11, У/в-29
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-368, Белки-13, Жиры-21, 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>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
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</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-12, У/в-23
200	Каша перловая с мясом индейки (сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-153, Белки-8, Жиры-12, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-615, Белки-21, Жиры-28, У/в-86
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-271, Белки-3, Жиры-4, У/в-31
<u>Ужин</u>		
160	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-181, Белки-13, Жиры-5, У/в-14
60	Повидло (сад)	ККал-154, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
180	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-39, У/в-10
Итого за Ужин		ККал-488, Белки-16, Жиры-7, У/в-61
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)
Завтрак1		
150	Каша рисовая молочная (ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-173, Белки-5, Жиры-5, У/в-39
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-364, Белки-11, Жиры-12, У/в-70
Завтрак2		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
Обед		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
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, Томат-паста</i>	ККал-121, Белки-7, Жиры-11, У/в-15
150	Каша перловая с мясом индейки (ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-161, Белки-8, Жиры-6, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-437, Белки-17, Жиры-20, У/в-69
Полдник		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-213, Белки-3, Жиры-4, У/в-25
Итого за		ККал-1 100, Белки-31, Жиры-36, У/в-177

(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-200, Белки-6, Жиры-7, У/в-26
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-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-453, Белки-13, Жиры-16, У/в-62
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
Итого за Завтрак2		ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокачанной и свежего огурца (сад) <i>Капуста белокачанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Борщ из свежей капусты со сметаной(сад) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокачанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Грудка кур</i>	ККал-179, Белки-7, Жиры-7, У/в-23
170	Рулет картофельный с мясом (сад) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Печень говяжья</i>	ККал-195, Белки-6, Жиры-7, У/в-23
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот Апельсин/лимон (сад) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
Итого за Обед		ККал-582, Белки-16, Жиры-16, У/в-82
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (сад)	ККал-64, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
180	Кефир (сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
Итого за Полдник		ККал-280, Белки-6, Жиры-13, У/в-38
<u>Ужин</u>		
140	Каша гречневая с маслом(сад) <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-132, Белки-7, Жиры-6, У/в-27
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-382, Белки-16, Жиры-13, У/в-55
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 манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-187, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
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-376, Белки-7, Жиры-14, У/в-57
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
Итого за Завтрак2		ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и свежего огурца (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Борщ из свежей капусты со сметаной(ясли) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Грудка кур</i>	ККал-154, Белки-5, Жиры-6, У/в-22
170	Рулет картофельный с мясом (ясли) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Печень говяжья</i>	ККал-187, Белки-8, Жиры-10, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот Апельсин/лимон (ясли) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
Итого за Обед		ККал-491, Белки-15, Жиры-17, У/в-71
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (ясли)	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-12
150	Кефир (ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
Итого за Полдник		ККал-265, Белки-5, Жиры-12, У/в-38
Итого за		ККал-1 236, Белки-29, Жиры-45, У/в-189

(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-200, Белки-6, Жиры-7, У/в-26
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-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-453, Белки-13, Жиры-16, У/в-62
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
Итого за Завтрак2		ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокачанной и свежего огурца (сад) <i>Капуста белокачанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Борщ из свежей капусты со сметаной(сад) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокачанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Грудка кур</i>	ККал-179, Белки-7, Жиры-7, У/в-23
170	Рулет картофельный с мясом (сад) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Печень говяжья</i>	ККал-195, Белки-6, Жиры-7, У/в-23
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот Апельсин/лимон (сад) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
Итого за Обед		ККал-582, Белки-16, Жиры-16, У/в-82
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (сад)	ККал-64, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
180	Кефир (сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
Итого за Полдник		ККал-280, Белки-6, Жиры-13, У/в-38
<u>Ужин</u>		
140	Каша гречневая с маслом(сад) <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-132, Белки-7, Жиры-6, У/в-27
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-382, Белки-16, Жиры-13, У/в-55
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 манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-187, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
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-376, Белки-7, Жиры-14, У/в-57
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
Итого за Завтрак2		ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и свежего огурца (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Борщ из свежей капусты со сметаной(ясли) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Грудка кур</i>	ККал-154, Белки-5, Жиры-6, У/в-22
170	Рулет картофельный с мясом (ясли) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Печень говяжья</i>	ККал-187, Белки-8, Жиры-10, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот Апельсин/лимон (ясли) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
Итого за Обед		ККал-491, Белки-15, Жиры-17, У/в-71
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (ясли)	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-12
150	Кефир (ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
Итого за Полдник		ККал-265, Белки-5, Жиры-12, У/в-38
Итого за		ККал-1 236, Белки-29, Жиры-45, У/в-189

(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-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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 свежий (сад)	ККал-5, 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</i>	ККал-191, Белки-5, Жиры-12, У/в-25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-12, У/в-23
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-711, Белки-21, Жиры-34, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-9, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-27
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-9, Жиры-10, У/в-52
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)
Завтрак1		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-6, Жиры-8, У/в-56
Завтрак2		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
Обед		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
	Суп картофельный с горохом	
150	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, Томат-паста</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-5, Жиры-9, У/в-16
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-100, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-22, Жиры-23, У/в-67
Полдник		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-175, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
Итого за		ККал-1 099, Белки-35, Жиры-37, У/в-156

(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-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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 свежий (сад)	ККал-5, 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</i>	ККал-191, Белки-5, Жиры-12, У/в-25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-12, У/в-23
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-711, Белки-21, Жиры-34, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-9, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-27
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-9, Жиры-10, У/в-52
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-6, Жиры-8, У/в-56
<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 свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
Суп картофельный с горохом		
150	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, Томат-паста</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-5, Жиры-9, У/в-16
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-100, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-22, Жиры-23, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-175, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
Итого за		ККал-1 099, Белки-35, Жиры-37, У/в-156

(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-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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 свежий (сад)	ККал-5, 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</i>	ККал-191, Белки-5, Жиры-12, У/в-25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-12, У/в-23
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-711, Белки-21, Жиры-34, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-9, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-27
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-9, Жиры-10, У/в-52
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)
Завтрак1		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-6, Жиры-8, У/в-56
Завтрак2		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
Обед		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
Суп картофельный с горохом		
150	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, Томат-паста</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-5, Жиры-9, У/в-16
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-100, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-22, Жиры-23, У/в-67
Полдник		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-175, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
Итого за		ККал-1 099, Белки-35, Жиры-37, У/в-156

(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-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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 свежий (сад)	ККал-5, 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</i>	ККал-191, Белки-5, Жиры-12, У/в-25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-12, У/в-23
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-711, Белки-21, Жиры-34, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-9, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-27
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-9, Жиры-10, У/в-52
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-6, Жиры-8, У/в-56
<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 свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
Суп картофельный с горохом		
150	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, Томат-паста</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-5, Жиры-9, У/в-16
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-100, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-22, Жиры-23, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-175, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
Итого за		ККал-1 099, Белки-35, Жиры-37, У/в-156

(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-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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 свежий (сад)	ККал-5, 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</i>	ККал-191, Белки-5, Жиры-12, У/в-25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-12, У/в-23
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-711, Белки-21, Жиры-34, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-9, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-27
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-9, Жиры-10, У/в-52
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-6, Жиры-8, У/в-56
<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 свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
Суп картофельный с горохом		
150	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, Томат-паста</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-5, Жиры-9, У/в-16
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-100, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-22, Жиры-23, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-175, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
Итого за		ККал-1 099, Белки-35, Жиры-37, У/в-156

(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-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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 свежий (сад)	ККал-5, 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</i>	ККал-191, Белки-5, Жиры-12, У/в-25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-12, У/в-23
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-711, Белки-21, Жиры-34, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-9, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-27
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-9, Жиры-10, У/в-52
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-6, Жиры-8, У/в-56
<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 свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
Суп картофельный с горохом		
150	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, Томат-паста</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-5, Жиры-9, У/в-16
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-100, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-22, Жиры-23, У/в-67
<u>Полдник</u>		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-175, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
Итого за		ККал-1 099, Белки-35, Жиры-37, У/в-156

(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-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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 свежий (сад)	ККал-5, 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</i>	ККал-191, Белки-5, Жиры-12, У/в-25
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-142, Белки-6, Жиры-12, У/в-23
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-711, Белки-21, Жиры-34, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-9, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-27
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-9, Жиры-10, У/в-52
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)
Завтрак1		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-6, Жиры-8, У/в-56
Завтрак2		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
Обед		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
Суп картофельный с горохом		
150	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, Томат-паста</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-147, Белки-5, Жиры-9, У/в-16
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-100, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-22, Жиры-23, У/в-67
Полдник		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-175, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
Итого за		ККал-1 099, Белки-35, Жиры-37, У/в-156

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный гречневый (сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-8, У/в-25
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-385, Белки-11, Жиры-18, У/в-65
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый"банан/яблоко (сад) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Томат-паста</i>	ККал-198, Белки-9, Жиры-8, У/в-24
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-173, Белки-6, Жиры-8, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-566, Белки-18, Жиры-18, У/в-78
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-234, Белки-10, Жиры-9, У/в-35
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-328, Белки-14, Жиры-10, У/в-46
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-182, Белки-5, Жиры-10, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром на молоке(сад) <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, Белки-1, Жиры-1, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-405, Белки-9, Жиры-13, У/в-54
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	Суп молочный гречневый (ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-132, Белки-5, Жиры-4, У/в-26
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-323, Белки-11, Жиры-11, У/в-57
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый" банан/яблоко (ясли) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
Итого за Завтрак2		ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
<u>Обед</u>		
30	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-141, Белки-8, Жиры-7, У/в-24
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-138, Белки-6, Жиры-5, У/в-9
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-430, Белки-17, Жиры-13, У/в-59
<u>Полдник</u>		
70	Пирог насыпной песочный творожный (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-115, Белки-4, Жиры-6, У/в-26
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-180, Белки-7, Жиры-9, У/в-33
Итого за		ККал-1 026, Белки-36, Жиры-35, У/в-167

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный гречневый (сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-8, У/в-25
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-385, Белки-11, Жиры-18, У/в-65
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый"банан/яблоко (сад) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Томат-паста</i>	ККал-198, Белки-9, Жиры-8, У/в-24
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-173, Белки-6, Жиры-8, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-566, Белки-18, Жиры-18, У/в-78
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-234, Белки-10, Жиры-9, У/в-35
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-328, Белки-14, Жиры-10, У/в-46
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-182, Белки-5, Жиры-10, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром на молоке(сад) <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, Белки-1, Жиры-1, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-405, Белки-9, Жиры-13, У/в-54
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	Суп молочный гречневый (ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-132, Белки-5, Жиры-4, У/в-26
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-323, Белки-11, Жиры-11, У/в-57
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый" банан/яблоко (ясли) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
Итого за Завтрак2		ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
<u>Обед</u>		
30	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-141, Белки-8, Жиры-7, У/в-24
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-138, Белки-6, Жиры-5, У/в-9
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-430, Белки-17, Жиры-13, У/в-59
<u>Полдник</u>		
70	Пирог насыпной песочный творожный (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-115, Белки-4, Жиры-6, У/в-26
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-180, Белки-7, Жиры-9, У/в-33
Итого за		ККал-1 026, Белки-36, Жиры-35, У/в-167

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-174, Белки-11, Жиры-14, У/в-32
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
10	Сыр порционный(сад)	ККал-122, Белки-3, Жиры-8
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-532, Белки-18, Жиры-26, У/в-69
<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	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
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-140, Белки-4, Жиры-6, У/в-28
70	Котлета из куриной грудки (сад) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-129, Белки-4, Жиры-6, У/в-19
150	Картофель, запеченный в сметане(сад) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-153, Белки-3, Жиры-8, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-652, Белки-14, Жиры-22, У/в-97
<u>Полдник</u>		
30/40	Батон с вареным сгущ. молоком(сад) <i>Батон, Молоко сгущеное вареное</i>	ККал-120, Белки-3, Жиры-1, У/в-32
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-214, Белки-8, Жиры-2, У/в-43
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-156, Белки-10, Жиры-8, У/в-14
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-314, Белки-13, Жиры-10, У/в-37
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 пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-8, У/в-16
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
8	Сыр порционный(ясли)	ККал-81, Белки-4, Жиры-13
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-434, Белки-12, Жиры-27, 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	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-20
42	Котлета из куриной грудки (ясли) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-217, Белки-6, Жиры-9, У/в-34
120	Картофель, запеченный в сметане(ясли) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-156, Белки-2, Жиры-3, У/в-12
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-623, Белки-19, Жиры-23, У/в-87
<u>Полдник</u>		
20/30	Батон с вареным сгущ. молоком(ясли) <i>Батон, Молоко сгущеное вареное</i>	ККал-133, Белки-2, Жиры-3, У/в-30
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-6, Жиры-6, У/в-38
Итого за		ККал-1 342, Белки-36, Жиры-56, У/в-185

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-174, Белки-11, Жиры-14, У/в-32
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
10	Сыр порционный(сад)	ККал-122, Белки-3, Жиры-8
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-532, Белки-18, Жиры-26, У/в-69
<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	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
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-140, Белки-4, Жиры-6, У/в-28
70	Котлета из куриной грудки (сад) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-129, Белки-4, Жиры-6, У/в-19
150	Картофель, запеченный в сметане(сад) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-153, Белки-3, Жиры-8, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-652, Белки-14, Жиры-22, У/в-97
<u>Полдник</u>		
30/40	Батон с вареным сгущ. молоком(сад) <i>Батон, Молоко сгущеное вареное</i>	ККал-120, Белки-3, Жиры-1, У/в-32
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-214, Белки-8, Жиры-2, У/в-43
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-156, Белки-10, Жиры-8, У/в-14
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-314, Белки-13, Жиры-10, У/в-37
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 пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-8, У/в-16
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
8	Сыр порционный(ясли)	ККал-81, Белки-4, Жиры-13
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-434, Белки-12, Жиры-27, 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	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-20
42	Котлета из куриной грудки (ясли) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-217, Белки-6, Жиры-9, У/в-34
120	Картофель, запеченный в сметане(ясли) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-156, Белки-2, Жиры-3, У/в-12
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-623, Белки-19, Жиры-23, У/в-87
<u>Полдник</u>		
20/30	Батон с вареным сгущ. молоком(ясли) <i>Батон, Молоко сгущеное вареное</i>	ККал-133, Белки-2, Жиры-3, У/в-30
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-6, Жиры-6, У/в-38
Итого за		ККал-1 342, Белки-36, Жиры-56, У/в-185

(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-166, Белки-5, Жиры-11, У/в-25
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-370, Белки-11, Жиры-21, 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>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Рассольник на бульоне из шеек индеек со сметаной(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек</i>	ККал-160, Белки-7, Жиры-11, У/в-21
200	Каша гречневая с мясом индейки (сад) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-7, Жиры-6, У/в-18
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-647, Белки-19, Жиры-22, 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</i>	ККал-167, Белки-3, Жиры-6, У/в-29
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-260, Белки-7, Жиры-7, У/в-40
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-12, Жиры-5, У/в-13
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-435, Белки-17, Жиры-10, У/в-60
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-123, Белки-3, Жиры-7, У/в-18
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-314, Белки-9, Жиры-13, 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>		
40	Икра кабачковая(ясли) Рассольник на бульоне из	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
150	шеек индеек со сметаной(ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек</i>	ККал-162, Белки-5, Жиры-6, У/в-27
180	Каша гречневая с мясом индейки (ясли) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-186, Белки-11, Жиры-11, У/в-18
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-503, Белки-19, Жиры-20, У/в-79
<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-134, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-200, Белки-6, Жиры-5, У/в-23
Итого за		ККал-1 103, Белки-33, Жиры-39, У/в-165

(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-170, Белки-6, Жиры-10, У/в-26
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-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18

Итого за Завтрак1 ККал-423, Белки-14, Жиры-18, У/в-63

Завтрак2

100	Салат "Фруктовый"банан/яблоко (сад) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18
-----	--	-----------------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18

Обед

60	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
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</i>	ККал-145, Белки-7, Жиры-10, У/в-22
80	Котлета рыбная(сад) <i>Рыба, Масло Растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-159, Белки-8, Жиры-7, У/в-20
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-115, Белки-5, Жиры-5, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13

Итого за Обед ККал-622, Белки-24, Жиры-24, У/в-98

Полдник

70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7

Итого за Полдник ККал-261, Белки-6, Жиры-5, У/в-28

Ужин

200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-182, Белки-5, Жиры-10, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15

Итого за Ужин ККал-377, Белки-9, Жиры-12, У/в-54

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 геркулесовая молочная(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-158, Белки-5, Жиры-9, У/в-15
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
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-347, Белки-7, Жиры-14, У/в-51
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый" банан/яблоко (ясли) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
Итого за Завтрак2		ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
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</i>	ККал-106, Белки-8, Жиры-9, У/в-14
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Рыба, Масло Растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-111, Белки-5, Жиры-3, У/в-10
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-499, Белки-22, Жиры-17, У/в-69
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
150	Ряженка (ясли)	ККал-75, Белки-3, Жиры-4, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-226, Белки-4, Жиры-4, У/в-26
<u>Ужин</u>		
180	Рагу овощное (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-6, Жиры-9, У/в-17
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-236, Белки-8, Жиры-11, У/в-38
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>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-26
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-59
<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	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
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-189, Белки-10, Жиры-13, У/в-26
200	Плов с мясом индейки(сад) <i>Крупа рисовая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное, Шейка индеек, *Вода</i>	ККал-205, Белки-10, Жиры-14, У/в-32
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-623, Белки-23, Жиры-29, У/в-86
<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-165, 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-303, Белки-4, Жиры-3, У/в-43
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-174, Белки-5, Жиры-11, У/в-27
50	Огурец свежий (сад)	ККал-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Ужин		ККал-404, Белки-11, Жиры-15, У/в-58
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)
Завтрак1		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-8, Жиры-10, У/в-23
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-10, Жиры-13, У/в-56
Завтрак2		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
Обед		
30	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
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-150, Белки-7, Жиры-9, У/в-20
180	Плов с мясом индейки(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло Растительное, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Шейка индеек, Соль йодированная</i>	ККал-195, Белки-12, Жиры-12, У/в-22
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-449, Белки-21, Жиры-22, У/в-63
Полдник		
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-120, 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-200, Белки-2, Жиры-3, У/в-32
Ужин		
140	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-195, Белки-6, Жиры-5, У/в-16
40	Огурец свежий (ясли)	ККал-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-340, Белки-9, Жиры-10, У/в-38
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>		
200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-191, Белки-8, Жиры-9, У/в-28
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-414, Белки-11, Жиры-17, У/в-70
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, Белки-1, У/в-6
<u>Обед</u>		
50	Огурец свежий (сад)	ККал-5, У/в-1
150	Суп с вермишелью и яйцом на бульоне из куриной грудки(сад) <i>Макаронные изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Лавровый лист</i>	ККал-171, Белки-10, Жиры-10, У/в-26
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-209, Белки-12, Жиры-13, У/в-31
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-569, Белки-26, Жиры-24, У/в-86
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-178, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-271, Белки-6, Жиры-3, У/в-29
<u>Ужин</u>		
150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная</i>	ККал-173, Белки-6, Жиры-9, У/в-20
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром на молоке(сад) <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, Белки-1, Жиры-1, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-503, Белки-11, Жиры-15, У/в-70
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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-6, У/в-28
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-363, Белки-11, Жиры-14, У/в-58
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с вермишелью и яйцом на бульоне из куриной грудки(ясли) Макаронные изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Лавровый лист	ККал-146, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-7, Жиры-8, У/в-25
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
180	Компот из крыжовника и черноплодной рябины (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-493, Белки-15, Жиры-17, У/в-71
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-178, Белки-6, Жиры-4, У/в-22
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли) Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная	ККал-138, Белки-5, Жиры-7, У/в-20
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром на молоке(ясли) Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода	ККал-78, Белки-1, Жиры-2, У/в-13
Итого за Ужин		ККал-323, Белки-10, Жиры-12, У/в-46
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 рисовая молочная (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-8, Жиры-11, У/в-41
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-385, Белки-14, Жиры-21, 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>		
50	Салат из капусты белокочанной и свежего огурца (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-198, Белки-9, Жиры-9, У/в-31
200	Суфле из филе индейки (сад) <i>Индейка (филе), Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Крупа манная, Крупа рисовая, Морковь</i>	ККал-188, Белки-12, Жиры-9, У/в-30
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-625, Белки-24, Жиры-20, У/в-91
<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-233, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-327, Белки-8, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-218, Белки-3, Жиры-12, У/в-29
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-376, Белки-6, Жиры-14, У/в-53
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 рисовая молочная (ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-173, Белки-5, Жиры-5, У/в-29
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-338, Белки-9, Жиры-13, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокачанной и свежего огурца (ясли) <i>Капуста белокачанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-141, Белки-8, Жиры-10, У/в-19
160	Суфле из филе индейки (ясли) <i>Индейка (филе), Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Крупа манная, Крупа рисовая, Морковь</i>	ККал-147, Белки-11, Жиры-9, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-402, Белки-22, Жиры-20, У/в-59
<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-204, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-269, Белки-6, Жиры-7, У/в-36
<u>Ужин</u>		
180	Овощное ассорти (ясли) <i>Картофель, Капуста белокачанная, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Масло Растительное, Томат-паста, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-198, Белки-4, Жиры-6, У/в-24
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-305, Белки-5, Жиры-8, У/в-43
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 манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-183, Белки-6, Жиры-7, У/в-26
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-387, Белки-11, Жиры-17, У/в-66
<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>		
60	Салат из капусты белокочанной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп куриный с макаронными изделиями со сметаной (сад) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-127, Белки-8, Жиры-11, У/в-18
200	Каша перловая с мясом индейки (сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-153, Белки-10, Жиры-12, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-549, Белки-22, Жиры-28, У/в-81
<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-184, Белки-4, Жиры-3, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-8, Жиры-4, У/в-29
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная с мармеладом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-184, Белки-9, Жиры-6, У/в-23
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-449, Белки-14, Жиры-11, У/в-70
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 манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-187, Белки-3, Жиры-8, У/в-21
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-378, Белки-9, Жиры-15, У/в-52
<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>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп куриный с макаронными изделиями со сметаной (ясли) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-132, Белки-4, Жиры-5, У/в-19
150	Каша перловая с мясом индейки (ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-133, Белки-5, Жиры-6, У/в-16
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-392, Белки-11, Жиры-13, У/в-62
<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-177, Белки-4, Жиры-4, У/в-34
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-243, Белки-8, Жиры-7, У/в-42
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная с мармеладом(ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-171, Белки-8, Жиры-6, У/в-16
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-313, Белки-12, Жиры-9, У/в-38
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 пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-214, Белки-11, Жиры-14, У/в-37
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-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-467, Белки-19, Жиры-22, У/в-74
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, Белки-1, У/в-6
<u>Обед</u>		
50	Огурец свежий (сад)	ККал-5, У/в-1
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-195, Белки-7, Жиры-11, У/в-27
200	Капуста тушенная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-8, Жиры-14, У/в-33
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот Апельсин/лимон (сад) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
Итого за Обед		ККал-601, Белки-19, Жиры-26, У/в-93
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-289, Белки-1, У/в-36
<u>Ужин</u>		
200	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-205, Белки-11, Жиры-9, У/в-26
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-400, Белки-15, Жиры-11, У/в-53
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 пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-200, Белки-6, Жиры-8, У/в-16
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
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, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-211, Белки-7, Жиры-11, У/в-14
170	Капуста тушенная с говядиной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-171, Белки-8, Жиры-8, У/в-20
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот Апельсин/лимон (ясли) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
Итого за Обед		ККал-517, Белки-16, Жиры-20, У/в-63
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-231, Белки-1, У/в-29
<u>Ужин</u>		
180	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-104, Белки-15, Жиры-11, У/в-32
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-221, Белки-17, Жиры-13, У/в-53
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>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-178, Белки-13, Жиры-10, У/в-31
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-412, Белки-15, Жиры-13, У/в-64
<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	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
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, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-6, Жиры-12, У/в-19
80	Гуляш из печени индейки и печени говядины (сад) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень говяжья, Печень индейки</i>	ККал-147, Белки-10, Жиры-10, У/в-23
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-135, Белки-8, Жиры-9, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-673, Белки-27, Жиры-33, У/в-93
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-178, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-271, Белки-6, Жиры-3, У/в-29
<u>Ужин</u>		
200	Оладьи (сад) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-170, Белки-4, Жиры-7, У/в-23
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
200	Чай с сахаром на молоке(сад) <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, Белки-1, Жиры-1, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-386, Белки-6, Жиры-11, У/в-60
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-6, Жиры-10, У/в-23
70	Печеньё	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-324, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
<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	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
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, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-148, Белки-6, Жиры-7, У/в-21
60	Гуляш из печени индейки и печени говядины (ясли) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень говяжья, Печень индейки</i>	ККал-116, Белки-6, Жиры-13, У/в-20
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-144, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-512, Белки-20, Жиры-25, У/в-77
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-178, Белки-6, Жиры-4, У/в-22
<u>Ужин</u>		
180	Оладьи (ясли) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-188, Белки-4, Жиры-2, У/в-17
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
180	Чай с сахаром на молоке(ясли) <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-78, Белки-1, Жиры-2, У/в-13
Итого за Ужин		ККал-300, Белки-7, Жиры-6, У/в-33
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	Суп молочный гречневый (сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-8, У/в-33
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-404, Белки-9, Жиры-16, У/в-75
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, Белки-1, У/в-6
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
200	Суп картофельный с горохом и гренками(сад) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Грудка кур, Сметана</i>	ККал-209, Белки-12, Жиры-12, У/в-23
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Индейка (филе), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Грудка кур, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-175, Белки-10, Жиры-8, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-686, Белки-29, Жиры-27, У/в-96
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Кефир (сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
Итого за Полдник		ККал-241, Белки-2, Жиры-5, У/в-26
<u>Ужин</u>		
150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-140, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Повидло (сад)	ККал-128, У/в-21
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-426, Белки-14, Жиры-12, У/в-59
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	Суп молочный гречневый (ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-132, Белки-5, Жиры-4, У/в-26
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-338, Белки-9, Жиры-12, У/в-56
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
180	Суп картофельный с горохом и гренками(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Грудка кур, Сметана</i>	ККал-140, Белки-10, Жиры-10, У/в-16
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Индейка (филе), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Грудка кур, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-113, Белки-6, Жиры-8, У/в-9
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-426, Белки-20, Жиры-24, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
150	Кефир (ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
Итого за Полдник		ККал-226, Белки-2, Жиры-4, У/в-28
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-162, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Повидло (ясли)	ККал-98, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-367, Белки-10, Жиры-7, У/в-47
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	Суп молочный гречневый (сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-181, Белки-6, Жиры-8, У/в-33
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-404, Белки-9, Жиры-16, У/в-75
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, Белки-1, У/в-6
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
200	Суп картофельный с горохом и гренками(сад) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Грудка кур, Сметана</i>	ККал-209, Белки-12, Жиры-12, У/в-23
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Индейка (филе), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Грудка кур, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-175, Белки-10, Жиры-8, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-686, Белки-29, Жиры-27, У/в-96
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Кефир (сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
Итого за Полдник		ККал-241, Белки-2, Жиры-5, У/в-26
<u>Ужин</u>		
150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-140, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Повидло (сад)	ККал-128, У/в-21
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-426, Белки-14, Жиры-12, У/в-59
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	Суп молочный гречневый (ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-132, Белки-5, Жиры-4, У/в-26
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-338, Белки-9, Жиры-12, У/в-56
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
180	Суп картофельный с горохом и гренками(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Грудка кур, Сметана</i>	ККал-140, Белки-10, Жиры-10, У/в-16
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Индейка (филе), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Грудка кур, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-113, Белки-6, Жиры-8, У/в-9
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-426, Белки-20, Жиры-24, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
150	Кефир (ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
Итого за Полдник		ККал-226, Белки-2, Жиры-4, У/в-28
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-162, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Повидло (ясли)	ККал-98, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-367, Белки-10, Жиры-7, У/в-47
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 геркулесовая молочная(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-170, Белки-6, Жиры-10, У/в-26
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-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-423, Белки-14, Жиры-18, 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>		
50	Салат из капусты белокочанной и свежего огурца (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-148, Белки-5, Жиры-9, У/в-23
80	Тефтели (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-114, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-19, Жиры-24, У/в-99
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-234, Белки-10, Жиры-9, У/в-27
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-328, Белки-14, Жиры-10, У/в-38
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-148, Белки-3, Жиры-5, У/в-21
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-371, Белки-6, Жиры-7, У/в-47
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 геркулесовая молочная(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-158, Белки-5, Жиры-5, У/в-17
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
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-347, Белки-7, Жиры-10, У/в-53
<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>		
50	Салат из капусты белокочанной и свежего огурца (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-141, Белки-6, Жиры-6, У/в-19
60	Тефтели (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-156, Белки-8, Жиры-7, У/в-10
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-520, Белки-23, Жиры-19, У/в-65
<u>Полдник</u>		
70	Пирог насыпной песочный творожный (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-115, Белки-4, Жиры-6, У/в-26
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-180, Белки-7, Жиры-9, У/в-33
<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-145, Белки-4, Жиры-6, У/в-14
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-266, Белки-5, Жиры-8, У/в-38
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 геркулесовая молочная(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-170, Белки-6, Жиры-10, У/в-26
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-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-423, Белки-14, Жиры-18, 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>		
50	Салат из капусты белокочанной и свежего огурца (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-148, Белки-5, Жиры-9, У/в-23
80	Тефтели (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-114, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-19, Жиры-24, У/в-99
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-234, Белки-10, Жиры-9, У/в-27
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-328, Белки-14, Жиры-10, У/в-38
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-148, Белки-3, Жиры-5, У/в-21
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-371, Белки-6, Жиры-7, У/в-47
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 геркулесовая молочная(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-158, Белки-5, Жиры-5, У/в-17
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
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-347, Белки-7, Жиры-10, У/в-53
<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>		
50	Салат из капусты белокочанной и свежего огурца (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Огурец свежий</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-141, Белки-6, Жиры-6, У/в-19
60	Тефтели (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-156, Белки-8, Жиры-7, У/в-10
120/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-109, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-520, Белки-23, Жиры-19, У/в-65
<u>Полдник</u>		
70	Пирог насыпной песочный творожный (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-115, Белки-4, Жиры-6, У/в-26
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-180, Белки-7, Жиры-9, У/в-33
<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-145, Белки-4, Жиры-6, У/в-14
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-266, Белки-5, Жиры-8, У/в-38
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-191, Белки-5, Жиры-11, У/в-25
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-414, Белки-8, Жиры-19, У/в-67
<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	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Рассольник с мясом кур со сметаной(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Грудка кур, Соль йодированная, Крупа перловая, Лавровый лист</i>	ККал-206, Белки-5, Жиры-7, У/в-23
80	Тефтели (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-17
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-155, Белки-8, Жиры-9, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-735, Белки-22, Жиры-25, У/в-100
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-219, Белки-6, Жиры-4, У/в-30
<u>Ужин</u>		
150	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-141, Белки-8, Жиры-6, У/в-25
50	Яйцо вареное вкрутую	ККал-45, Белки-5, Жиры-4, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-344, Белки-17, Жиры-12, У/в-49
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-113, Белки-3, Жиры-7, У/в-18
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-319, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Рассольник с мясом кур со сметаной(ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Грудка кур, Соль йодированная, Крупа перловая, Лавровый лист</i>	ККал-118, Белки-5, Жиры-6, У/в-15
60	Тефтели (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-138, Белки-6, Жиры-7, У/в-10
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-125, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-514, Белки-21, Жиры-19, У/в-72
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-191, Белки-5, Жиры-5, У/в-26
<u>Ужин</u>		
130	Каша гороховая (ясли) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-138, Белки-3, Жиры-3, У/в-23
50	Яйцо вареное вкрутую	ККал-45, Белки-5, Жиры-4, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-290, Белки-9, Жиры-8, У/в-43
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 рисовая молочная (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-144, Белки-5, Жиры-7, У/в-33
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-365, Белки-11, Жиры-17, У/в-62
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
Итого за Завтрак2		ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
<u>Обед</u>		
50	Огурец свежий (сад)	ККал-5, У/в-1
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-135, Белки-4, Жиры-7, У/в-17
80	Котлета рыбная(сад) <i>Рыба, Масло Растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-129, Белки-5, Жиры-7, У/в-20
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-119, Белки-4, Жиры-9, У/в-19
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-607, Белки-17, Жиры-24, У/в-84
<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-131, Белки-3, Жиры-6, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-224, Белки-7, Жиры-7, У/в-30
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-12, Жиры-5, У/в-13
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-500, Белки-17, Жиры-10, У/в-62
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 рисовая молочная (ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-173, Белки-5, Жиры-5, У/в-31
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-338, Белки-9, Жиры-13, У/в-54
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
Итого за Завтрак2		ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
<u>Обед</u>		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
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, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-106, Белки-5, Жиры-7, У/в-14
60	Котлета рыбная(ясли) <i>Рыба, Масло Растительное, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Крупа рисовая</i>	ККал-111, Белки-5, Жиры-3, У/в-10
150	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-157, Белки-5, Жиры-7, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-473, Белки-17, Жиры-18, У/в-65
<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-134, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-200, Белки-6, Жиры-5, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-130, Белки-5, Жиры-6, У/в-10
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-286, Белки-9, Жиры-10, У/в-37
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>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-192, Белки-13, Жиры-14, У/в-31
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-436, Белки-15, Жиры-17, У/в-64
<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	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-209, Белки-11, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушенная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-223, Белки-11, Жиры-14, У/в-33
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-646, Белки-28, Жиры-28, У/в-98
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, 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-273, Белки-2, Жиры-3, У/в-34
<u>Ужин</u>		
50	Огурец свежий (сад)	ККал-5, У/в-1
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-224, Белки-5, Жиры-11, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-387, Белки-9, Жиры-13, У/в-52
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-139, Белки-11, Жиры-13, У/в-23
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-323, Белки-13, Жиры-16, У/в-56
<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	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-174, Белки-6, Жиры-9, У/в-19
170	Капуста тушенная с говядиной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста</i>	ККал-171, Белки-10, Жиры-10, У/в-20
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-22, У/в-69
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, 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-215, Белки-2, Жиры-3, У/в-28
<u>Ужин</u>		
40	Огурец свежий (ясли)	ККал-5, У/в-1
140	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-195, Белки-6, Жиры-5, У/в-16
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-307, Белки-8, Жиры-7, У/в-37
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>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-192, Белки-13, Жиры-14, У/в-31
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-436, Белки-15, Жиры-17, У/в-64
<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	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-209, Белки-11, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушенная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-223, Белки-11, Жиры-14, У/в-33
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-646, Белки-28, Жиры-28, У/в-98
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, 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-273, Белки-2, Жиры-3, У/в-34
<u>Ужин</u>		
50	Огурец свежий (сад)	ККал-5, У/в-1
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-224, Белки-5, Жиры-11, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-387, Белки-9, Жиры-13, У/в-52
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-139, Белки-11, Жиры-13, У/в-23
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-323, Белки-13, Жиры-16, У/в-56
<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	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-174, Белки-6, Жиры-9, У/в-19
170	Капуста тушенная с говядиной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста</i>	ККал-171, Белки-10, Жиры-10, У/в-20
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-22, У/в-69
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, 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-215, Белки-2, Жиры-3, У/в-28
<u>Ужин</u>		
40	Огурец свежий (ясли)	ККал-5, У/в-1
140	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-195, Белки-6, Жиры-5, У/в-16
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-307, Белки-8, Жиры-7, У/в-37
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-191, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Какао на молоке(сад) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29

Итого за Завтрак1 ККал-427, Белки-13, Жиры-17, У/в-75

Завтрак2

100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
-----	------------	-------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-43, Белки-1, У/в-6

Обед

60	Салат из капусты белокочанной (сад) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп рыбный(сад) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная	ККал-148, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная	ККал-209, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-128, У/в-12

Итого за Обед ККал-626, Белки-18, Жиры-23, У/в-89

Полдник

70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11

Итого за Полдник ККал-227, Белки-7, Жиры-5, У/в-27

Ужин

150	Сырники из творога (сад) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-147, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-477, Белки-16, Жиры-15, У/в-64

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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
35	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-141, Белки-4, Жиры-8, У/в-19
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-470, Белки-12, Жиры-19, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-7, Жиры-6, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-161, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-316, Белки-13, Жиры-9, У/в-36
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-191, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
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-427, Белки-13, Жиры-17, У/в-75

Завтрак2

100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
-----	-------------------	-------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-43, Белки-1, У/в-6

Обед

60	Салат из капусты белокочанной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-148, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-209, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-18, Жиры-23, У/в-89

Полдник

70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11

Итого за Полдник ККал-227, Белки-7, Жиры-5, У/в-27

Ужин

150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-147, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-477, Белки-16, Жиры-15, У/в-64

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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
35	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-141, Белки-4, Жиры-8, У/в-19
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-470, Белки-12, Жиры-19, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-7, Жиры-6, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-161, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-316, Белки-13, Жиры-9, У/в-36
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-191, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
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-427, Белки-13, Жиры-17, У/в-75

Завтрак2

100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
-----	-------------------	-------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-43, Белки-1, У/в-6

Обед

60	Салат из капусты белокочанной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-148, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-209, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-18, Жиры-23, У/в-89

Полдник

70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11

Итого за Полдник ККал-227, Белки-7, Жиры-5, У/в-27

Ужин

150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-147, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-477, Белки-16, Жиры-15, У/в-64

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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
35	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-141, Белки-4, Жиры-8, У/в-19
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-470, Белки-12, Жиры-19, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-7, Жиры-6, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-161, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-316, Белки-13, Жиры-9, У/в-36
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-191, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Какао на молоке(сад) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29

Итого за Завтрак1 ККал-427, Белки-13, Жиры-17, У/в-75

Завтрак2

100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
-----	------------	-------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-43, Белки-1, У/в-6

Обед

60	Салат из капусты белокочанной (сад) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп рыбный(сад) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная	ККал-148, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная	ККал-209, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-128, У/в-12

Итого за Обед ККал-626, Белки-18, Жиры-23, У/в-89

Полдник

70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11

Итого за Полдник ККал-227, Белки-7, Жиры-5, У/в-27

Ужин

150	Сырники из творога (сад) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-147, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-477, Белки-16, Жиры-15, У/в-64

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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
35	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-141, Белки-4, Жиры-8, У/в-19
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-470, Белки-12, Жиры-19, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-7, Жиры-6, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-161, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-316, Белки-13, Жиры-9, У/в-36
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-191, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Какао на молоке(сад) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29

Итого за Завтрак1 ККал-427, Белки-13, Жиры-17, У/в-75

Завтрак2

100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
-----	------------	-------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-43, Белки-1, У/в-6

Обед

60	Салат из капусты белокочанной (сад) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп рыбный(сад) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная	ККал-148, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная	ККал-209, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из ягод (сад) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-128, У/в-12

Итого за Обед ККал-626, Белки-18, Жиры-23, У/в-89

Полдник

70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11

Итого за Полдник ККал-227, Белки-7, Жиры-5, У/в-27

Ужин

150	Сырники из творога (сад) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-147, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-477, Белки-16, Жиры-15, У/в-64

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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
35	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-141, Белки-4, Жиры-8, У/в-19
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-470, Белки-12, Жиры-19, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-7, Жиры-6, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-161, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-316, Белки-13, Жиры-9, У/в-36
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-191, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
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-427, Белки-13, Жиры-17, У/в-75

Завтрак2

100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
-----	-------------------	-------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-43, Белки-1, У/в-6

Обед

60	Салат из капусты белокочанной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-148, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-209, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-18, Жиры-23, У/в-89

Полдник

70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11

Итого за Полдник ККал-227, Белки-7, Жиры-5, У/в-27

Ужин

150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-147, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-477, Белки-16, Жиры-15, У/в-64

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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
35	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-141, Белки-4, Жиры-8, У/в-19
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-470, Белки-12, Жиры-19, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-7, Жиры-6, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-161, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-316, Белки-13, Жиры-9, У/в-36
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)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-191, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
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-427, Белки-13, Жиры-17, У/в-75

Завтрак2

100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
-----	-------------------	-------------------------

Итого за Завтрак2 ККал-43, Белки-1, У/в-6

Обед

60	Салат из капусты белокочанной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-148, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-209, Белки-6, Жиры-9, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-18, Жиры-23, У/в-89

Полдник

70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11

Итого за Полдник ККал-227, Белки-7, Жиры-5, У/в-27

Ужин

150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-147, Белки-11, Жиры-10, У/в-15
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, 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-477, Белки-16, Жиры-15, У/в-64

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>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-157, Белки-7, Жиры-8, У/в-28
35	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-121, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	Какао на молоке(ясли) Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода	ККал-94, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
Итого за Завтрак1		ККал-372, Белки-10, Жиры-13, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-141, Белки-4, Жиры-8, У/в-19
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста	ККал-202, Белки-5, Жиры-9, У/в-21
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-470, Белки-12, Жиры-19, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие	ККал-133, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-199, Белки-7, Жиры-6, У/в-23
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли). Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-161, Белки-9, Жиры-5, У/в-9
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-49, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-316, Белки-13, Жиры-9, У/в-36
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 гречневая вязкая(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-168, Белки-9, Жиры-9, У/в-21
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-144, 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-423, Белки-13, Жиры-17, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-162, Белки-2, Жиры-2, У/в-38
<u>Обед</u>		
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
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-189, Белки-10, Жиры-13, У/в-26
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-156, Белки-10, Жиры-8, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-560, Белки-25, Жиры-25, У/в-81
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-229, Белки-6, Жиры-4, У/в-30
<u>Ужин</u>		
140	Картофель, запеченный в сметане(сад) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-171, Белки-3, Жиры-8, У/в-20
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-426, Белки-8, Жиры-13, У/в-60
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 гречневая вязкая(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-7, Жиры-7, У/в-12
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-289, Белки-11, Жиры-16, У/в-34
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-190, Белки-2, Жиры-2, У/в-37
<u>Обед</u>		
30	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
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-124, Белки-9, Жиры-7, У/в-16
180	Рыба, запеченная в омлете (ясли) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-122, Белки-8, Жиры-6, У/в-10
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-369, Белки-20, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-201, Белки-5, Жиры-5, У/в-26
<u>Ужин</u>		
130	Картофель, запеченный в сметане(ясли) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-169, Белки-2, Жиры-3, У/в-13
50	Икра кабачковая(ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-17
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-351, Белки-5, Жиры-9, У/в-50
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 гречневая вязкая(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-168, Белки-9, Жиры-9, У/в-21
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-144, 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-423, Белки-13, Жиры-17, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-162, Белки-2, Жиры-2, У/в-38
<u>Обед</u>		
50	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
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-189, Белки-10, Жиры-13, У/в-26
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-156, Белки-10, Жиры-8, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-560, Белки-25, Жиры-25, У/в-81
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-229, Белки-6, Жиры-4, У/в-30
<u>Ужин</u>		
140	Картофель, запеченный в сметане(сад) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-171, Белки-3, Жиры-8, У/в-20
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-426, Белки-8, Жиры-13, У/в-60
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 гречневая вязкая(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-109, Белки-7, Жиры-7, У/в-12
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-289, Белки-11, Жиры-16, У/в-34
<u>Завтрак2</u>		
110	Абрикос	ККал-104, Белки-1, Жиры-2, У/в-23
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-190, Белки-2, Жиры-2, У/в-37
<u>Обед</u>		
30	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
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-124, Белки-9, Жиры-7, У/в-16
180	Рыба, запеченная в омлете (ясли) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-122, Белки-8, Жиры-6, У/в-10
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-369, Белки-20, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-201, Белки-5, Жиры-5, У/в-26
<u>Ужин</u>		
130	Картофель, запеченный в сметане(ясли) <i>Картофель, Сметана, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-169, Белки-2, Жиры-3, У/в-13
50	Икра кабачковая(ясли)	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-17
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-351, Белки-5, Жиры-9, У/в-50
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 манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-133, Белки-6, Жиры-7, У/в-26
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-337, Белки-11, Жиры-17, У/в-66
<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>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Суп с яйцом и гренками на бульоне из шеек индейки (сад) <i>Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Шейка индеек</i>	ККал-113, Белки-4, Жиры-4, У/в-13
80	Гуляш из мяса и печени индейки (сад) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек, Печень индейки</i>	ККал-120, Белки-6, Жиры-7, У/в-9
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-124, Белки-5, Жиры-8, У/в-17
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-659, Белки-22, Жиры-27, У/в-87
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-234, Белки-12, Жиры-9, У/в-27
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-372, Белки-12, Жиры-9, У/в-42
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-136, Белки-6, Жиры-5, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-294, Белки-9, Жиры-7, У/в-51
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 манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-5, У/в-16
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-324, Белки-9, Жиры-12, У/в-47
<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>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
180	Суп с яйцом и гренками на бульоне из шеек индейки (ясли) <i>Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Шейка индеек</i>	ККал-109, Белки-5, Жиры-5, У/в-12
60	Гуляш из мяса и печени индейки (ясли) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек, Печень индейки</i>	ККал-131, Белки-6, Жиры-5, У/в-8
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-167, Белки-5, Жиры-4, У/в-14
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-580, Белки-20, Жиры-20, У/в-75
<u>Полдник</u>		
70	Пирог насыпной песочный творожный (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-115, Белки-4, Жиры-6, У/в-26
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-195, Белки-4, Жиры-6, У/в-35
<u>Ужин</u>		
180	Рагу овощное (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-119, Белки-6, Жиры-5, У/в-17
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-226, Белки-7, Жиры-6, У/в-36
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 манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-133, Белки-6, Жиры-7, У/в-26
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, 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-337, Белки-11, Жиры-17, У/в-66
<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>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Суп с яйцом и гренками на бульоне из шеек индейки (сад) <i>Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Шейка индеек</i>	ККал-113, Белки-4, Жиры-4, У/в-13
80	Гуляш из мяса и печени индейки (сад) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек, Печень индейки</i>	ККал-120, Белки-6, Жиры-7, У/в-9
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-124, Белки-5, Жиры-8, У/в-17
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-659, Белки-22, Жиры-27, У/в-87
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-234, Белки-12, Жиры-9, У/в-27
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-372, Белки-12, Жиры-9, У/в-42
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-136, Белки-6, Жиры-5, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-294, Белки-9, Жиры-7, У/в-51
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 манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-133, Белки-3, Жиры-5, У/в-16
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
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-324, Белки-9, Жиры-12, У/в-47
<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>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
180	Суп с яйцом и гренками на бульоне из шеек индейки (ясли) <i>Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Шейка индеек</i>	ККал-109, Белки-5, Жиры-5, У/в-12
60	Гуляш из мяса и печени индейки (ясли) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек, Печень индейки</i>	ККал-131, Белки-6, Жиры-5, У/в-8
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-167, Белки-5, Жиры-4, У/в-14
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-580, Белки-20, Жиры-20, У/в-75
<u>Полдник</u>		
70	Пирог насыпной песочный творожный (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-115, Белки-4, Жиры-6, У/в-26
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-195, Белки-4, Жиры-6, У/в-35
<u>Ужин</u>		
180	Рагу овощное (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-119, Белки-6, Жиры-5, У/в-17
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-226, Белки-7, Жиры-6, У/в-36
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>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-209, Белки-13, Жиры-14, У/в-31
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-453, Белки-15, Жиры-17, У/в-64
<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	Помидоры свежие (сад)	ККал-11, Белки-1, У/в-2
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-215, Белки-4, Жиры-10, У/в-26
200	Каша гречневая с мясом индейки (сад) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-190, Белки-7, Жиры-9, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-620, Белки-17, Жиры-23, У/в-88
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-229, Белки-6, Жиры-4, У/в-30
<u>Ужин</u>		
200	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-282, Белки-12, Жиры-15, У/в-41
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-440, Белки-16, Жиры-17, У/в-64
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>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-139, Белки-11, Жиры-9, У/в-28
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-323, Белки-13, Жиры-12, У/в-61
<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	Помидоры свежие (ясли)	ККал-10, Белки-1, У/в-2
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, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-161, Белки-7, Жиры-8, У/в-14
180	Каша гречневая с мясом индейки (ясли) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-158, Белки-6, Жиры-8, У/в-18
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-443, Белки-16, Жиры-18, У/в-63
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-201, Белки-5, Жиры-5, У/в-26
<u>Ужин</u>		
180	Каша пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-240, Белки-7, Жиры-10, У/в-19
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, 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-347, Белки-8, Жиры-12, У/в-38
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-170, Белки-5, Жиры-11, У/в-26
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-144, 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-425, Белки-9, Жиры-19, У/в-57
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, Белки-1, У/в-6
<u>Обед</u>		
60	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
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, Лавровый лист</i>	ККал-137, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
80	Тефтели (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-8, У/в-27
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-155, Белки-8, Жиры-9, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-680, Белки-20, Жиры-26, У/в-106
<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-165, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-275, Белки-9, Жиры-7, У/в-35
<u>Ужин</u>		
200	Лепшевик с сыром и яйцом (сад) <i>Сыр, *Вода, Яйцо, Масло Растительное, Соль йодированная, Масло сливочное, Макароны изделия</i>	ККал-182, Белки-11, Жиры-6, У/в-30
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-377, Белки-15, Жиры-8, У/в-57
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-128, Белки-5, Жиры-7, У/в-22
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-308, Белки-8, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
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, Лавровый лист</i>	ККал-128, Белки-4, Жиры-6, У/в-20
60	Тефтели (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-138, Белки-8, Жиры-7, У/в-18
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-140, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-521, Белки-21, Жиры-18, У/в-77
<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-160, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	Ряженка (ясли)	ККал-75, Белки-3, Жиры-4, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-235, Белки-5, Жиры-6, У/в-29
<u>Ужин</u>		
180	Лепшевик с сыром и яйцом (ясли) <i>Сыр, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Масло Растительное, Масло сливочное, Макароны изделия</i>	ККал-176, Белки-5, Жиры-5, У/в-27
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-293, Белки-7, Жиры-7, У/в-48
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-170, Белки-5, Жиры-11, У/в-26
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-144, 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-425, Белки-9, Жиры-19, У/в-57
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(сад)	ККал-43, Белки-1, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, Белки-1, У/в-6
<u>Обед</u>		
60	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
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, Лавровый лист</i>	ККал-137, Белки-4, Жиры-7, У/в-25
80	Тефтели (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-8, У/в-27
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-155, Белки-8, Жиры-9, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, 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-680, Белки-20, Жиры-26, У/в-106
<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-165, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-275, Белки-9, Жиры-7, У/в-35
<u>Ужин</u>		
200	Лепшевик с сыром и яйцом (сад) <i>Сыр, *Вода, Яйцо, Масло Растительное, Соль йодированная, Масло сливочное, Макароны изделия</i>	ККал-182, Белки-11, Жиры-6, У/в-30
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-377, Белки-15, Жиры-8, У/в-57
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-128, Белки-5, Жиры-7, У/в-22
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-308, Белки-8, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
100	Арбуз(ясли)	ККал-43, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-6
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
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, Лавровый лист</i>	ККал-128, Белки-4, Жиры-6, У/в-20
60	Тефтели (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-138, Белки-8, Жиры-7, У/в-18
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-140, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, 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-521, Белки-21, Жиры-18, У/в-77
<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-160, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	Ряженка (ясли)	ККал-75, Белки-3, Жиры-4, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-235, Белки-5, Жиры-6, У/в-29
<u>Ужин</u>		
180	Лапшевник с сыром и яйцом (ясли) <i>Сыр, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Масло Растительное, Масло сливочное, Макароны изделия</i>	ККал-176, Белки-5, Жиры-5, У/в-27
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-293, Белки-7, Жиры-7, У/в-48
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203