

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Боярская"(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Изюм, Яйцо, Масло сливочное</i>	ККал-140, Белки-7, Жиры-6, У/в-16
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-363, Белки-10, Жиры-13, У/в-58
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<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 с клецками со сметаной на бульоне из шеек индейки (сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло Растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Шейка индеек, Томат-паста</i>	ККал-103, Белки-5, Жиры-10, У/в-11
80	Гуляш из говяжьего сердца (сад) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, сердце говяжье</i>	ККал-150, Белки-9, Жиры-12, У/в-17
150	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-116, Белки-8, Жиры-7, У/в-16
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-623, Белки-27, Жиры-37, У/в-93
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-245, Белки-5, Жиры-1, У/в-31
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-8, Жиры-6, У/в-17
50	Повидло (сад)	ККал-128, У/в-21
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-511, Белки-12, Жиры-9, У/в-64
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша геркулесовая молочная(сад) Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)	ККал-170, Белки-6, Жиры-10, У/в-21
30/10	Батон с маслом(сад) Масло сливочное, Батон	ККал-138, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-419, Белки-13, Жиры-20, У/в-50
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый"банан/яблоко (сад) Банан, Яблоки, Молоко сгущенное	ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-117, Белки-2, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый	ККал-80, Белки-1, У/в-24
180	Рассольник с мясом кур со сметаной(сад) Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Грудка кур, Соль йодированная, Крупа перловая	ККал-156, Белки-5, Жиры-8, У/в-22
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная	ККал-169, Белки-9, Жиры-9, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот Апельсин/лимон (сад) Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон	ККал-98, У/в-18
Итого за Обед		ККал-593, Белки-18, Жиры-19, У/в-102
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог	ККал-200, Белки-9, Жиры-5, У/в-35
180	Кефир (сад)	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
Итого за Полдник		ККал-290, Белки-10, Жиры-10, У/в-40
<u>Ужин</u>		
200	Макароны запеченные с яйцом (сад) Макаронные изделия, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Масло Растительное, Сыр	ККал-223, Белки-9, Жиры-9, У/в-27
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-381, Белки-13, Жиры-11, У/в-51
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(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-160, Белки-7, Жиры-8, У/в-26
40	Батон(сад)	ККал-137, Белки-11, Жиры-5, У/в-28
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-406, Белки-18, Жиры-13, У/в-68
<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
150	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-139, Белки-4, Жиры-7, У/в-19
70	Тефтели с доб.печени (сад) <i>Печень индейки, Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-95, Белки-10, Жиры-15, У/в-37
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-114, Белки-5, Жиры-8, У/в-9
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-572, Белки-22, Жиры-32, У/в-92
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-158, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-296, Белки-2, Жиры-2, У/в-33
<u>Ужин</u>		
200	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-246, Белки-9, Жиры-11, У/в-28
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-469, Белки-12, Жиры-13, У/в-54
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(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-160, Белки-7, Жиры-8, У/в-26
40	Батон(сад)	ККал-137, Белки-11, Жиры-5, У/в-28
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-406, Белки-18, Жиры-13, У/в-68
<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
150	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-139, Белки-4, Жиры-7, У/в-19
70	Тефтели с доб.печени (сад) <i>Печень индейки, Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-95, Белки-10, Жиры-15, У/в-37
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-114, Белки-5, Жиры-8, У/в-9
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-572, Белки-22, Жиры-32, У/в-92
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-158, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-296, Белки-2, Жиры-2, У/в-33
<u>Ужин</u>		
200	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-246, Белки-9, Жиры-11, У/в-28
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-469, Белки-12, Жиры-13, У/в-54
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная молочная жидкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-175, Белки-3, Жиры-4, У/в-30
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-138, 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-461, Белки-14, Жиры-18, У/в-71
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Винегрет овощной(сад) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная</i>	ККал-121, Белки-3, Жиры-2, У/в-20
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-158, Белки-8, Жиры-11, У/в-23
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-7, У/в-32
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-636, Белки-19, Жиры-22, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с творогом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная</i>	ККал-176, Белки-6, Жиры-8, У/в-13
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-286, Белки-11, Жиры-13, У/в-20
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-5, 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</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-330, Белки-8, Жиры-7, У/в-53
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная молочная жидкая(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-175, Белки-3, Жиры-4, У/в-30
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-138, 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-461, Белки-14, Жиры-18, У/в-71
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Винегрет овощной(сад) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная</i>	ККал-121, Белки-3, Жиры-2, У/в-20
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная</i>	ККал-158, Белки-8, Жиры-11, У/в-23
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-7, У/в-32
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-636, Белки-19, Жиры-22, У/в-103
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с творогом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная</i>	ККал-176, Белки-6, Жиры-8, У/в-13
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-286, Белки-11, Жиры-13, У/в-20
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-5, 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</i>	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-330, Белки-8, Жиры-7, У/в-53
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(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-175, Белки-6, Жиры-8, У/в-32
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-415, Белки-10, Жиры-16, У/в-63
<u>Завтрак2</u>		
100	Бифилин(сад)	ККал-61, Белки-5, Жиры-7, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-61, Белки-5, Жиры-7, У/в-6
<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 с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-129, Белки-5, Жиры-8, У/в-10
80	Зразы рубленые (сад) <i>Филе цыплят бройлеров, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Хлеб белый, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-134, Белки-6, Жиры-7, У/в-11
150	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-101, Белки-3, Жиры-6, У/в-25
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-602, Белки-18, Жиры-24, У/в-76
<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-136, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-229, Белки-8, Жиры-4, У/в-39
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная с изюмом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-170, Белки-9, Жиры-8, У/в-30
50	Повидло (сад)	ККал-128, У/в-21
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-493, Белки-12, Жиры-10, У/в-77
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(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-175, Белки-6, Жиры-8, У/в-32
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-415, Белки-10, Жиры-16, У/в-63
<u>Завтрак2</u>		
100	Бифилин(сад)	ККал-61, Белки-5, Жиры-7, У/в-6
Итого за Завтрак2		ККал-61, Белки-5, Жиры-7, У/в-6
<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 с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-129, Белки-5, Жиры-8, У/в-10
80	Зразы рубленые (сад) <i>Филе цыплят бройлеров, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Хлеб белый, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-134, Белки-6, Жиры-7, У/в-11
150	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-101, Белки-3, Жиры-6, У/в-25
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-602, Белки-18, Жиры-24, У/в-76
<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-136, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-229, Белки-8, Жиры-4, У/в-39
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная с изюмом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-170, Белки-9, Жиры-8, У/в-30
50	Повидло (сад)	ККал-128, У/в-21
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-493, Белки-12, Жиры-10, У/в-77
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша геркулесовая молочная(сад) Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)	ККал-150, Белки-6, Жиры-10, У/в-21
30/10	Батон с маслом(сад) Масло сливочное, Батон	ККал-138, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-399, Белки-13, Жиры-20, У/в-50
<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	Щи из квашеной капусты со сметаной на бульоне из шеек индейки(сад) Капуста квашенная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Сметана, Томат-паста	ККал-115, Белки-5, Жиры-4, У/в-16
80	Гуляш из печени индейки и сердца говяжьего (сад) Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, сердце говяжье, Печень индейки	ККал-103, Белки-5, Жиры-7, У/в-13
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное	ККал-147, Белки-5, Жиры-7, У/в-27
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-667, Белки-22, Жиры-25, У/в-104
<u>Полдник</u>		
80	Круассан со сгущенным молоком (сад) Мука пшеничная, Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Масло Растительное, Сахар (песок), Дрожжи прессованные, Молоко сгущенное вареное	ККал-127, Белки-3, Жиры-6, У/в-20
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-220, Белки-7, Жиры-7, У/в-31
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-140, Белки-8, Жиры-6, У/в-17
50	Повидло (сад)	ККал-128, У/в-21
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Фиточай(сад) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-43, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-426, Белки-11, Жиры-8, 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 геркулесовая молочная(ясли) Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)	ККал-138, Белки-5, Жиры-5, У/в-15
20/10	Батон с маслом(ясли) Масло сливочное, Батон	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-303, Белки-9, Жиры-13, У/в-38
<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)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
150	Щи из квашеной капусты со сметаной на бульоне из шеек индейки(ясли) Капуста квашенная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Сметана, Томат-паста	ККал-93, Белки-5, Жиры-5, У/в-11
80	Гуляш из печени индейки и сердца говяжьего (ясли) Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, сердце говяжье, Печень индейки	ККал-103, Белки-6, Жиры-5, У/в-18
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное	ККал-137, Белки-5, Жиры-4, У/в-14
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-506, Белки-20, Жиры-19, У/в-84
<u>Полдник</u>		
70	Круассан со сгущенным молоком (ясли) Мука пшеничная, Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Сахар (песок), Дрожжи прессованные, Молоко сгущенное вареное	ККал-104, Белки-2, Жиры-4, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-170, Белки-6, Жиры-7, У/в-18
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-130, Белки-5, Жиры-6, У/в-10
40	Повидло (ясли)	ККал-98, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Фиточай(ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода	ККал-35, У/в-9
Итого за Ужин		ККал-335, Белки-7, Жиры-8, 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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-166, Белки-5, Жиры-6, 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-389, Белки-8, Жиры-14, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко и (сад) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
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-10, У/в-20
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-142, Белки-9, Жиры-9, У/в-20
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-10, У/в-14
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-748, Белки-30, Жиры-31, У/в-106
<u>Полдник</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-221, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-542, Белки-13, Жиры-14, У/в-71
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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"Апельсин/яблоко (ясли) <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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-18
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-9, Жиры-4, У/в-11
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
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-580, Белки-25, Жиры-18, У/в-82
<u>Полдник</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
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
70	Печенье	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-402, Белки-8, Жиры-13, У/в-56
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-177, Белки-4, Жиры-7, У/в-32
50	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-132, Белки-6, Жиры-7, У/в-21
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-420, Белки-12, Жиры-17, У/в-71
<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 белокачанной и кукурузы консервированной (сад) <i>Капуста белокачанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (сад) <i>Шейка индеек, Макаронные изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода, Томат-паста</i>	ККал-195, Белки-11, Жиры-12, У/в-19
200	Каша гречневая с мясом индейки (сад) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-232, Белки-12, Жиры-12, У/в-34
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-666, Белки-26, Жиры-26, 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-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>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокачанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-208, Белки-4, Жиры-9, У/в-28
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-366, Белки-7, Жиры-11, 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>		
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-22
40	Батон с маслом и сыром (ясли) Масло сливочное, Батон, Сыр	ККал-138, Белки-1, Жиры-2, У/в-28
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-363, Белки-9, Жиры-12, У/в-61
<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) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (ясли) Шейка индеек, Макаронные изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Томат-паста	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-20
180	Каша гречневая с мясом индейки (ясли) Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное	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) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-446, Белки-22, Жиры-22, У/в-61
<u>Полдник</u>		
60	Булочка домашняя (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное	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>		
180	Овощное ассорти (ясли) Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Масло Растительное, Томат-паста, Соль йодированная, *Вода	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) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай	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>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-7, Жиры-10, У/в-26
40	Батон(сад)	ККал-137, Белки-11, Жиры-5, У/в-28
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-398, Белки-20, Жиры-17, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-95, Белки-1, У/в-4
180	Суп из овощей на бульоне из шейки индейки (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Томат-паста</i>	ККал-141, Белки-4, Жиры-7, У/в-11
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-6, Жиры-12, У/в-31
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-593, Белки-16, Жиры-23, У/в-78
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-158, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-251, Белки-6, Жиры-3, У/в-29
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-130, Белки-6, Жиры-10, У/в-17
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-117, 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-470, Белки-11, Жиры-16, У/в-67
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-14
30	Батон(ясли)	ККал-96, Белки-4, Жиры-10, У/в-22
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-314, Белки-9, Жиры-19, У/в-47
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-87, Белки-1, У/в-14
150	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</i>	ККал-146, Белки-5, Жиры-4, У/в-21
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 сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-507, Белки-16, Жиры-12, У/в-84
<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	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 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-315, Белки-10, Жиры-12, 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-150, Белки-7, Жиры-10, У/в-26
40	Батон(сад)	ККал-137, Белки-11, Жиры-5, У/в-28
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-398, Белки-20, Жиры-17, У/в-72
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-95, Белки-1, У/в-4
180	Суп из овощей на бульоне из шейки индейки (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Томат-паста</i>	ККал-141, Белки-4, Жиры-7, У/в-11
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-6, Жиры-12, У/в-31
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-593, Белки-16, Жиры-23, У/в-78
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-158, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-251, Белки-6, Жиры-3, У/в-29
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-130, Белки-6, Жиры-10, У/в-17
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-117, 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-470, Белки-11, Жиры-16, У/в-67
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-14
30	Батон(ясли)	ККал-96, Белки-4, Жиры-10, У/в-22
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-314, Белки-9, Жиры-19, У/в-47
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-87, Белки-1, У/в-14
150	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</i>	ККал-146, Белки-5, Жиры-4, У/в-21
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 сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-507, Белки-16, Жиры-12, У/в-84
<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	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 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-315, Белки-10, Жиры-12, 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 геркулесовая молочная(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-170, Белки-6, Жиры-10, У/в-26
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-138, 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-419, Белки-13, Жиры-20, У/в-55
<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 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
180	Рулет картофельный с мясом(сердце гов.,печень инд .) (сад) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, сердце говяжье, Печень индейки</i>	ККал-174, Белки-7, Жиры-10, У/в-25
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-558, Белки-19, Жиры-26, У/в-83
<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-133, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-227, Белки-8, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная с мармеладом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-234, Белки-9, Жиры-6, У/в-29
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-117, 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-509, Белки-14, Жиры-11, У/в-76
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) Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)	ККал-158, Белки-5, Жиры-6, У/в-15
20/10	Батон с маслом(ясли) Масло сливочное, Батон	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-323, Белки-9, Жиры-14, У/в-38
<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) Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Рассольник на бульоне из шеек индеек со сметаной(ясли) Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек	ККал-162, Белки-5, Жиры-6, У/в-27
160	Рулет картофельный с мясом (сердце гов.,печень инд.)(ясли) Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, сердце говяжье, Печень индейки	ККал-192, Белки-7, Жиры-9, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-487, Белки-15, Жиры-18, У/в-77
<u>Полдник</u>		
60	Штоли с изюмом (ясли) Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм	ККал-94, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-159, Белки-6, Жиры-7, У/в-36
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная с мarmеладом(ясли) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Marmелад (карамель)	ККал-204, 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) Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода, Фиточай	ККал-35, У/в-9
Итого за Ужин		ККал-345, 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 манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-225, Белки-6, Жиры-11, У/в-32
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-119, 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-438, Белки-12, Жиры-19, У/в-79
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	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-8, Жиры-12, У/в-25
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-12, Жиры-10, 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-619, Белки-22, Жиры-24, У/в-84
<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	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-218, Белки-9, Жиры-12, 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-413, Белки-13, Жиры-14, 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 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	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-402, Белки-8, Жиры-14, У/в-64
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-169, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
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-462, Белки-22, Жиры-22, У/в-60
<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	Овощное ассорти (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, 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	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-314, Белки-5, Жиры-8, У/в-45
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-7, Жиры-10, У/в-26
40	Батон(сад)	ККал-137, Белки-11, Жиры-5, У/в-28
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-396, Белки-18, Жиры-15, У/в-68
<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 куриной грудки(сад) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Грудка кур, Сметана, Лавровый лист</i>	ККал-156, Белки-4, Жиры-6, У/в-14
80	Тефтели (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-160, Белки-7, Жиры-11, У/в-17
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-7, У/в-27
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-682, Белки-20, Жиры-26, У/в-88
<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>		
200	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-246, Белки-6, Жиры-11, У/в-28
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-403, Белки-9, Жиры-13, 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)
Завтрак1		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-5, У/в-23
30	Батон(ясли)	ККал-96, Белки-4, Жиры-10, У/в-22
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
Итого за Завтрак1		ККал-295, Белки-8, Жиры-15, У/в-59
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
Щи из свежей капусты на		
150	бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Грудка кур, Сметана, Лавровый лист</i>	ККал-155, Белки-4, Жиры-2, У/в-16
60	Тефтели (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Грудка кур, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-156, Белки-8, Жиры-7, У/в-10
120	Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-167, Белки-5, Жиры-4, У/в-24
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-629, Белки-20, Жиры-14, У/в-75
Итого за		ККал-1 010, Белки-28, Жиры-29, У/в-149

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный рисовый (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-176, Белки-5, Жиры-7, У/в-36
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-138, 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-425, Белки-11, Жиры-17, У/в-65
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	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</i>	ККал-158, Белки-9, Жиры-11, У/в-24
200	Суфле из филе индейки (сад) <i>Индейка (филе), Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Крупа манная, Крупа рисовая, Морковь</i>	ККал-166, Белки-12, Жиры-9, У/в-23
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-554, Белки-24, Жиры-22, У/в-75
<u>Полдник</u>		
80	Пирог насыпной песочный творожный (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-200, Белки-9, Жиры-9, У/в-35
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-338, Белки-9, Жиры-9, У/в-50
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-172, Белки-5, Жиры-8, У/в-29
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-395, Белки-9, Жиры-11, У/в-56
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 рисовый (ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-4, Жиры-3, У/в-24
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-329, Белки-8, Жиры-11, У/в-47
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	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</i>	ККал-141, Белки-8, Жиры-7, У/в-24
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-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-392, Белки-22, Жиры-17, У/в-67
Итого за		ККал-807, Белки-29, Жиры-27, У/в-128

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Боярская"(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Изюм, Яйцо, Масло сливочное</i>	ККал-140, Белки-7, Жиры-6, У/в-26
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-363, Белки-10, Жиры-13, У/в-68
<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 с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (сад) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-195, Белки-8, Жиры-9, У/в-29
100	Сельдь с луком с маслом растительным <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло Растительное</i>	ККал-106, Белки-4, Жиры-6, У/в-2
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-138, Белки-5, Жиры-5, 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-648, Белки-22, Жиры-24, У/в-89
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с творогом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная</i>	ККал-176, Белки-6, Жиры-8, У/в-13
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-286, Белки-11, Жиры-13, У/в-20
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-6, Жиры-5, У/в-23
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-117, 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-445, Белки-11, Жиры-10, 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 "Боярская"(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Изюм, Яйцо, Масло сливочное</i>	ККал-130, Белки-3, Жиры-7, У/в-19
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-336, Белки-7, Жиры-15, У/в-49
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (ясли) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-20
100	Сельдь с луком с маслом растительным <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло Растительное</i>	ККал-106, Белки-4, Жиры-6, У/в-2
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-4, У/в-21
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-488, Белки-20, Жиры-23, У/в-72
Итого за		ККал-910, Белки-27, Жиры-38, У/в-134

(сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Боярская"(сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Изюм, Яйцо, Масло сливочное</i>	ККал-140, Белки-7, Жиры-6, У/в-26
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-363, Белки-10, Жиры-13, У/в-68
<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 с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (сад) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-195, Белки-8, Жиры-9, У/в-29
100	Сельдь с луком с маслом растительным <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло Растительное</i>	ККал-106, Белки-4, Жиры-6, У/в-2
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-138, Белки-5, Жиры-5, 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-648, Белки-22, Жиры-24, У/в-89
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с творогом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная</i>	ККал-176, Белки-6, Жиры-8, У/в-13
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-286, Белки-11, Жиры-13, У/в-20
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-6, Жиры-5, У/в-23
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-117, 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-445, Белки-11, Жиры-10, 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 "Боярская"(ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Изюм, Яйцо, Масло сливочное</i>	ККал-130, Белки-3, Жиры-7, У/в-19
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-336, Белки-7, Жиры-15, У/в-49
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец свежий (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (ясли) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-20
100	Сельдь с луком с маслом растительным <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло Растительное</i>	ККал-106, Белки-4, Жиры-6, У/в-2
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-4, У/в-21
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-488, Белки-20, Жиры-23, У/в-72
Итого за		ККал-910, Белки-27, Жиры-38, У/в-134

(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-112, Белки-5, Жиры-10, У/в-25
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-135, 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-358, Белки-11, Жиры-20, У/в-54
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки (сад) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-6, У/в-28
70	Котлета из куринной грудки (сад) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-99, Белки-4, Жиры-6, У/в-2
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-98, Белки-5, Жиры-5, 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-619, Белки-20, Жиры-24, У/в-103
<u>Полдник</u>		
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
60	Повидло (сад)	ККал-154, У/в-25
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-362, Белки-8, Жиры-3, У/в-48
<u>Ужин</u>		
140	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-123, Белки-5, Жиры-7, У/в-13
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-373, Белки-15, Жиры-13, У/в-41
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
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-325, Белки-9, Жиры-16, У/в-39
<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)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-14
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-20
60	Котлета из куриной грудки (ясли) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-107, Белки-7, Жиры-8, У/в-2
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-4, У/в-21
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-545, Белки-23, Жиры-28, У/в-84
Итого за		ККал-956, Белки-32, Жиры-44, У/в-137

(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-112, Белки-5, Жиры-10, У/в-25
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-135, 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-358, Белки-11, Жиры-20, У/в-54
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки (сад) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-6, У/в-28
70	Котлета из куринной грудки (сад) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-99, Белки-4, Жиры-6, У/в-2
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-98, Белки-5, Жиры-5, 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-619, Белки-20, Жиры-24, У/в-103
<u>Полдник</u>		
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
60	Повидло (сад)	ККал-154, У/в-25
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-362, Белки-8, Жиры-3, У/в-48
<u>Ужин</u>		
140	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-123, Белки-5, Жиры-7, У/в-13
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-373, Белки-15, Жиры-13, У/в-41
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 пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-8, У/в-16
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-325, Белки-9, Жиры-16, У/в-39
Завтрак2		
150	Сок (ясли)	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	Суп с макаронными изделиями на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-20
60	Котлета из куриной грудки (ясли) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-107, Белки-7, Жиры-8, У/в-2
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-4, У/в-21
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-545, Белки-23, Жиры-28, У/в-84
Итого за		ККал-956, Белки-32, Жиры-44, У/в-137

(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 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-389, Белки-8, Жиры-19, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
180	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, Лавровый лист</i>	ККал-189, Белки-10, Жиры-10, У/в-15
200	Каша гречневая с мясом индейки (сад) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-232, Белки-12, Жиры-12, 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-719, Белки-26, Жиры-24, У/в-89
<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	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-258, Белки-8, Жиры-4, У/в-39
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-218, Белки-8, Жиры-12, 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-376, Белки-11, Жиры-14, 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 "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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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, Лавровый лист</i>	ККал-150, Белки-7, Жиры-9, У/в-18
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-501, Белки-21, Жиры-20, У/в-71
Итого за		ККал-873, Белки-28, Жиры-35, У/в-130

(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 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-389, Белки-8, Жиры-19, У/в-67
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
180	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, Лавровый лист</i>	ККал-189, Белки-10, Жиры-10, У/в-15
200	Каша гречневая с мясом индейки (сад) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Шейка индеек, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-232, Белки-12, Жиры-12, 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-719, Белки-26, Жиры-24, У/в-89
<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	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-258, Белки-8, Жиры-4, У/в-39
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-218, Белки-8, Жиры-12, 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-376, Белки-11, Жиры-14, 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 "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 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-329, Белки-7, Жиры-14, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-16
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, Лавровый лист</i>	ККал-150, Белки-7, Жиры-9, У/в-18
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-501, Белки-21, Жиры-20, У/в-71
Итого за		ККал-873, Белки-28, Жиры-35, У/в-130

(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-17, Жиры-10, У/в-26
70	Печенье	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-19, 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>		
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</i>	ККал-206, Белки-5, Жиры-12, У/в-30
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-9, Жиры-14, 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-619, Белки-18, Жиры-28, У/в-93
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, 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-263, Белки-2, Жиры-3, У/в-34
<u>Ужин</u>		
200	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-224, Белки-12, Жиры-15, У/в-36
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-448, Белки-16, Жиры-17, 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>		
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>		
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</i>	ККал-218, Белки-5, Жиры-9, У/в-24
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-205, 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) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-584, Белки-15, Жиры-17, У/в-77
Итого за		ККал-994, Белки-21, Жиры-25, У/в-147

(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-17, Жиры-10, У/в-26
70	Печенье	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-19, 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>		
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</i>	ККал-206, Белки-5, Жиры-12, У/в-30
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-9, Жиры-14, 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-619, Белки-18, Жиры-28, У/в-93
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-125, 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-263, Белки-2, Жиры-3, У/в-34
<u>Ужин</u>		
200	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-224, Белки-12, Жиры-15, У/в-36
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-448, Белки-16, Жиры-17, 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>		
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>		
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</i>	ККал-218, Белки-5, Жиры-9, У/в-24
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-205, 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) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина, Крыжовник</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-584, Белки-15, Жиры-17, У/в-77
Итого за		ККал-994, Белки-21, Жиры-25, У/в-147

(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-8, Жиры-9, У/в-37
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-431, Белки-12, Жиры-17, У/в-68
Завтрак2		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
Обед		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-159, Белки-9, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушеная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-15, Жиры-14, У/в-29
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-664, Белки-28, Жиры-26, У/в-87
Полдник		
70	Булочка домашняя с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-307, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
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-34
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-340, Белки-8, Жиры-12, 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)
<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-22
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-10, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) Сок, Сахар (песок), *Вода	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист	ККал-174, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
170	Капуста тушеная с говядиной (ясли) Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста	ККал-143, Белки-10, Жиры-9, У/в-20
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-415, Белки-16, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-272, Белки-6, Жиры-5, У/в-25
Итого за		ККал-1 110, Белки-31, Жиры-36, У/в-139

(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-37
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-431, Белки-12, Жиры-17, У/в-68
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-159, Белки-9, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушеная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-15, Жиры-14, У/в-29
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-664, Белки-28, Жиры-26, У/в-87
<u>Полдник</u>		
70	Булочка домашняя с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-307, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
<u>Ужин</u>		
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-34
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-340, Белки-8, Жиры-12, 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)
<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-22
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-10, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) Сок, Сахар (песок), *Вода	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист	ККал-174, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
170	Капуста тушеная с говядиной (ясли) Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста	ККал-143, Белки-10, Жиры-9, У/в-20
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-415, Белки-16, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-272, Белки-6, Жиры-5, У/в-25
Итого за		ККал-1 110, Белки-31, Жиры-36, У/в-139

(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-8, Жиры-9, У/в-37
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-431, Белки-12, Жиры-17, У/в-68
Завтрак2		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
Обед		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-159, Белки-9, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушеная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-15, Жиры-14, У/в-29
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-664, Белки-28, Жиры-26, У/в-87
Полдник		
70	Булочка домашняя с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-307, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
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-34
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-340, Белки-8, Жиры-12, 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)
<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-22
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-10, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) Сок, Сахар (песок), *Вода	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист	ККал-174, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
170	Капуста тушеная с говядиной (ясли) Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста	ККал-143, Белки-10, Жиры-9, У/в-20
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-415, Белки-16, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-272, Белки-6, Жиры-5, У/в-25
Итого за		ККал-1 110, Белки-31, Жиры-36, У/в-139

(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-8, Жиры-9, У/в-37
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-431, Белки-12, Жиры-17, У/в-68
Завтрак2		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
Обед		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-159, Белки-9, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушеная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-15, Жиры-14, У/в-29
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-664, Белки-28, Жиры-26, У/в-87
Полдник		
70	Булочка домашняя с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-307, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
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-34
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-340, Белки-8, Жиры-12, 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)
<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-22
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-10, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) Сок, Сахар (песок), *Вода	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист	ККал-174, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
170	Капуста тушеная с говядиной (ясли) Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста	ККал-143, Белки-10, Жиры-9, У/в-20
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-415, Белки-16, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-272, Белки-6, Жиры-5, У/в-25
Итого за		ККал-1 110, Белки-31, Жиры-36, У/в-139

(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-8, Жиры-9, У/в-37
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-431, Белки-12, Жиры-17, У/в-68
Завтрак2		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
Обед		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-159, Белки-9, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушеная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-15, Жиры-14, У/в-29
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-664, Белки-28, Жиры-26, У/в-87
Полдник		
70	Булочка домашняя с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-307, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
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-34
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-340, Белки-8, Жиры-12, 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)
<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-22
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-10, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) Сок, Сахар (песок), *Вода	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист	ККал-174, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
170	Капуста тушеная с говядиной (ясли) Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста	ККал-143, Белки-10, Жиры-9, У/в-20
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-415, Белки-16, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-272, Белки-6, Жиры-5, У/в-25
Итого за		ККал-1 110, Белки-31, Жиры-36, У/в-139

(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-37
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-431, Белки-12, Жиры-17, У/в-68
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-159, Белки-9, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушеная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-15, Жиры-14, У/в-29
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-664, Белки-28, Жиры-26, У/в-87
<u>Полдник</u>		
70	Булочка домашняя с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-307, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
<u>Ужин</u>		
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-34
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-340, Белки-8, Жиры-12, 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)
<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-22
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-10, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) Сок, Сахар (песок), *Вода	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист	ККал-174, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
170	Капуста тушенная с говядиной (ясли) Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста	ККал-143, Белки-10, Жиры-9, У/в-20
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-415, Белки-16, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-272, Белки-6, Жиры-5, У/в-25
Итого за		ККал-1 110, Белки-31, Жиры-36, У/в-139

(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-8, Жиры-9, У/в-37
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-129, 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-431, Белки-12, Жиры-17, У/в-68
Завтрак2		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
Обед		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-159, Белки-9, Жиры-10, У/в-30
200	Капуста тушеная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-213, Белки-15, Жиры-14, У/в-29
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-664, Белки-28, Жиры-26, У/в-87
Полдник		
70	Булочка домашняя с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-307, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
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-34
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-340, Белки-8, Жиры-12, 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)
<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-22
20/10	Батон с сыром (ясли) Сыр, Батон	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-10, Жиры-15, У/в-44
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) Сок, Сахар (песок), *Вода	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист	ККал-174, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
170	Капуста тушенная с говядиной (ясли) Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста	ККал-143, Белки-10, Жиры-9, У/в-20
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-415, Белки-16, Жиры-16, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-272, Белки-6, Жиры-5, У/в-25
Итого за		ККал-1 110, Белки-31, Жиры-36, У/в-139

(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-150, 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-354, Белки-11, Жиры-18, У/в-65
<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 и зеленого горошка (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-95, 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-138, Белки-9, Жиры-8, У/в-24
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-108, Белки-8, Жиры-8, У/в-18
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-124, Белки-7, Жиры-8, У/в-14
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-669, Белки-29, Жиры-29, У/в-93
<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	Оладьи (сад) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-90, Белки-3, Жиры-5, У/в-10
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-420, Белки-7, Жиры-10, 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	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-187, Белки-5, Жиры-9, 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-11, Жиры-16, 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>		
50	Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-87, Белки-1, У/в-14
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
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-12, Жиры-13, У/в-6
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 сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-556, Белки-30, Жиры-28, У/в-85
<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
Итого за		ККал-1 200, Белки-49, Жиры-52, У/в-173

(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-150, 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-354, Белки-11, Жиры-18, У/в-65
<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 и зеленого горошка (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-95, 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-138, Белки-9, Жиры-8, У/в-24
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-108, Белки-8, Жиры-8, У/в-18
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-124, Белки-7, Жиры-8, У/в-14
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-669, Белки-29, Жиры-29, У/в-93
<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	Оладьи (сад) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-90, Белки-3, Жиры-5, У/в-10
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-420, Белки-7, Жиры-10, 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	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-187, Белки-5, Жиры-9, 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-11, Жиры-16, 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>		
50	Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-87, Белки-1, У/в-14
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
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-12, Жиры-13, У/в-6
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 сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-556, Белки-30, Жиры-28, У/в-85
<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
Итого за		ККал-1 200, Белки-49, Жиры-52, У/в-173