

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-167, Белки-10, Жиры-12, У/в-24
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-204, 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-465, Белки-13, Жиры-20, У/в-66
<u>Завтрак2</u>		
60	Салат из моркови (сад) <i>Морковь, Масло Растительное, Сахар (песок)</i>	ККал-52, Белки-3, Жиры-3, У/в-18
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-110, Белки-3, Жиры-3, У/в-33
<u>Обед</u>		
60	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
180	Суп с клецками со сметаной на бульоне из куриной грудки(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло Растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-155, Белки-11, Жиры-11, У/в-17
200	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-219, Белки-13, Жиры-14, У/в-18
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-598, Белки-30, Жиры-29, У/в-72
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-248, Белки-4, Жиры-1, У/в-32
<u>Ужин</u>		
200	Оладьи (сад) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-170, Белки-4, Жиры-7, У/в-23
50	Повидло (сад)	ККал-128, У/в-21
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-379, Белки-4, Жиры-7, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-151, Белки-7, Жиры-10, 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-357, Белки-11, Жиры-18, У/в-49
<u>Завтрак2</u>		
40	Салат из моркови (ясли) <i>Морковь, Масло Растительное, Сахар (песок)</i>	ККал-43, Белки-1, У/в-9
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-129, Белки-1, У/в-23
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Суп с клецками со сметаной на бульоне из куриной грудки(ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло Растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-128, Белки-7, Жиры-10, У/в-10
160	Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли) <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-117, Белки-9, Жиры-11, У/в-10
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-378, Белки-20, Жиры-23, У/в-52
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-207, Белки-5, Жиры-4, У/в-32
<u>Ужин</u>		
180	Оладьи (ясли) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-188, Белки-4, Жиры-2, У/в-17
40	Повидло (ясли)	ККал-98, У/в-20
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-330, Белки-4, Жиры-2, У/в-48
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-158, Белки-7, Жиры-11, У/в-28
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-404, Белки-18, Жиры-16, У/в-70
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
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-155, Белки-7, Жиры-13, У/в-22
200	Капуста тушенная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-200, Белки-9, Жиры-11, У/в-23
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из клюквы и черноплодной рябины(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-2, У/в-7
Итого за Обед		ККал-618, Белки-22, Жиры-28, У/в-90
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-203, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-300, Белки-6, Жиры-5, У/в-28
<u>Ужин</u>		
200	Суп молочный с макаронными изделиями(сад) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-167, Белки-4, Жиры-9, У/в-32
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-390, Белки-7, Жиры-11, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-157, Белки-9, Жиры-6, У/в-32
20	Батон(ясли)	ККал-64, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-270, Белки-11, Жиры-13, У/в-51
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-58, Белки-1, У/в-6
150	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-180, Белки-7, Жиры-9, У/в-12
170	Капуста тушенная с говядиной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста</i>	ККал-151, Белки-9, Жиры-10, У/в-20
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из клюквы и черноплодной рябины(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-502, Белки-19, Жиры-22, У/в-66
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-203, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-259, Белки-8, Жиры-7, У/в-27
<u>Ужин</u>		
180	Суп молочный с макаронными изделиями(ясли) <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-162, Белки-3, Жиры-2, У/в-30
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-283, Белки-4, Жиры-4, У/в-45
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша рисовая молочная (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-214, Белки-9, Жиры-7, У/в-30
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-435, Белки-15, Жиры-17, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, 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-91, Белки-3, Жиры-2, У/в-20
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Томат-паста</i>	ККал-110, Белки-7, Жиры-9, У/в-13
180	Плов с мясом кур(сад) <i>Крупа рисовая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное, Филе цыплят бройлеров, *Вода</i>	ККал-108, Белки-7, Жиры-13, У/в-25
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-551, Белки-20, Жиры-26, У/в-82
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (сад)	ККал-64, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-296, Белки-9, Жиры-10, У/в-44
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин</i>	ККал-136, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
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-459, Белки-9, Жиры-7, У/в-61
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша рисовая молочная (ясли) Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная	ККал-133, Белки-7, Жиры-9, У/в-25
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-298, Белки-11, Жиры-17, 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>		
30	Винегрет овощной(ясли) Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная	ККал-78, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист	ККал-109, Белки-4, Жиры-6, У/в-8
150	Плов с мясом кур (ясли) Крупа рисовая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Масло сливочное, Филе цыплят бройлеров, *Вода, Томат-паста	ККал-169, Белки-9, Жиры-3, У/в-9
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
150	Компот из ягод (ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-475, Белки-18, Жиры-15, У/в-43
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (ясли)	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-12
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-255, Белки-9, Жиры-11, У/в-42
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Ванилин	ККал-115, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
40	Повидло (ясли)	ККал-98, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай сладкий с лимоном (ясли) Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода	ККал-44, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-330, Белки-4, Жиры-4, У/в-59
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-198, Белки-6, Жиры-6, У/в-28
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Завтрак1		ККал-434, Белки-13, Жиры-14, У/в-75
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
180	Суп картофельный с горохом на бульоне из шеек индейки (сад) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Шейка индеек, Лавровый лист</i>	ККал-195, Белки-9, Жиры-17, У/в-27
100	Сельдь с луком с растительным маслом <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	ККал-78, Белки-7, Жиры-6, У/в-7
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-155, Белки-5, Жиры-7, У/в-25
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот Апельсин/лимон (сад) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
Итого за Обед		ККал-616, Белки-23, Жиры-32, У/в-91
<u>Полдник</u>		
80	Штоли с изюмом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм, Ванилин</i>	ККал-233, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-330, Белки-7, Жиры-4, У/в-33
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-6, Жиры-7, У/в-22
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-98, Белки-1, Жиры-1, У/в-12
Итого за Ужин		ККал-332, Белки-10, Жиры-10, У/в-47
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-150, Белки-5, Жиры-6, У/в-18
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-2, У/в-16
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-344, Белки-8, Жиры-10, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
150	Суп картофельный с горохом на бульоне из шеек индейки (ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Шейка индеек, Лавровый лист</i>	ККал-119, Белки-5, Жиры-13, У/в-13
100	Сельдь с луком с растительным маслом <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	ККал-78, Белки-7, Жиры-6, У/в-7
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-133, Белки-6, Жиры-4, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот Апельсин/лимон (ясли) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
Итого за Обед		ККал-461, Белки-20, Жиры-23, У/в-65
<u>Полдник</u>		
60	Штоли с изюмом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм, Ванилин</i>	ККал-204, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-259, Белки-7, Жиры-8, У/в-40
<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-99, Белки-4, Жиры-3, У/в-9
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-250, Белки-6, Жиры-7, У/в-32
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша геркулесовая молочная(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-124, Белки-8, Жиры-7, У/в-23
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-345, Белки-15, Жиры-17, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Рассольник на бульоне из шеек индеек со сметаной(сад) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-110, Белки-7, Жиры-7, У/в-21
80	Гуляш из мяса и печени индейки (сад) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Индейка (филе), Печень индейки</i>	ККал-110, Белки-7, Жиры-8, У/в-9
150/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-111, Белки-4, Жиры-9, У/в-28
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-613, Белки-23, Жиры-29, У/в-101
<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-140, Белки-6, Жиры-6, У/в-19
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-278, Белки-6, Жиры-6, У/в-34
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-136, Белки-6, Жиры-5, У/в-13
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-98, Белки-1, Жиры-1, У/в-12
Итого за Ужин		ККал-476, Белки-10, Жиры-8, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша геркулесовая молочная(ясли) Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)	ККал-98, Белки-7, Жиры-8, У/в-10
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-263, Белки-11, Жиры-16, У/в-33
<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-12
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, Лавровый лист, Томат-паста	ККал-110, Белки-8, Жиры-8, У/в-10
60	Гуляш из мяса и печени индейки (ясли) Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Индейка (филе), Печень индейки	ККал-104, Белки-6, Жиры-5, У/в-8
120/4	Рис отварной(ясли) Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода	ККал-112, Белки-2, Жиры-6, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина	ККал-75, У/в-13
Итого за Обед		ККал-509, Белки-19, Жиры-22, У/в-70
<u>Полдник</u>		
60	Булочка домашняя (ясли) Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Ванилин	ККал-110, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Кисель витаминизированный (ясли) Концентрат киселя, *Вода	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-190, Белки-2, Жиры-3, У/в-25
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное	ККал-104, Белки-8, Жиры-2, У/в-18
40	Повидло (ясли)	ККал-98, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром на молоке(ясли) Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода	ККал-78, Белки-1, Жиры-2, У/в-13
Итого за Ужин		ККал-353, Белки-10, Жиры-6, У/в-61
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-198, Белки-10, Жиры-9, У/в-38
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-204, 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-496, Белки-13, Жиры-17, У/в-80
<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	Суп на курином бульоне с яйцом и гренками (сад) <i>Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-189, Белки-10, Жиры-13, У/в-31
200	Каша гречневая с куриной грудкой(сад) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-167, Белки-9, 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-580, Белки-25, Жиры-28, У/в-93
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Йогурт (сад)	ККал-132, Белки-6, Жиры-6, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-283, Белки-7, Жиры-6, У/в-27
<u>Ужин</u>		
200	Рагу овощное (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-187, Белки-5, Жиры-8, У/в-20
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай сладкий с лимоном (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-382, Белки-9, Жиры-10, У/в-47
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-150, Белки-8, Жиры-8, 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-356, Белки-12, Жиры-15, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Суп на курином бульоне с яйцом и гренками (ясли) <i>Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Хлеб белый, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-166, Белки-6, Жиры-7, У/в-11
180	Каша гречневая с куриной грудкой (ясли) <i>Крупа гречневая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-136, Белки-9, Жиры-8, У/в-34
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-436, Белки-19, Жиры-17, У/в-78
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
150	Йогурт (ясли)	ККал-122, Белки-2, Жиры-6, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-273, Белки-3, Жиры-6, У/в-27
<u>Ужин</u>		
180	Рагу овощное (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-133, Белки-6, Жиры-7, У/в-16
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-250, Белки-8, Жиры-9, У/в-37
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-158, Белки-5, Жиры-11, У/в-28
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-404, Белки-16, Жиры-16, У/в-70
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	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-192, Белки-5, Жиры-8, У/в-22
80	Тефтели (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-131, Белки-3, Жиры-8, У/в-27
150	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-141, Белки-4, Жиры-5, У/в-20
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из клюквы и черноплодной рябины(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-2, У/в-7
Итого за Обед		ККал-653, Белки-18, Жиры-26, У/в-92
Полдник		
80	Ватрушка с творогом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная, Ванилин</i>	ККал-176, Белки-6, Жиры-8, У/в-13
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-273, Белки-9, Жиры-9, У/в-25
Ужин		
200	Каша пшенная (сад) <i>Крупа пшенная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-190, Белки-8, Жиры-7, У/в-34
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-413, Белки-11, Жиры-9, У/в-60
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-157, Белки-9, Жиры-6, У/в-24
20	Батон(ясли)	ККал-64, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-270, Белки-11, Жиры-13, У/в-43
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Помидор соленый(ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-213, Белки-5, Жиры-5, У/в-13
60	Тефтели (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-138, Белки-6, Жиры-7, У/в-18
120	Каша гороховая (ясли) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-123, Белки-3, Жиры-4, У/в-19
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из клюквы и черноплодной рябины(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-591, Белки-17, Жиры-19, У/в-79
<u>Полдник</u>		
60	Ватрушка с творогом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная, Ванилин</i>	ККал-122, Белки-5, Жиры-7, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-178, Белки-9, Жиры-11, У/в-22
<u>Ужин</u>		
180	Каша пшенная (ясли) <i>Крупа пшенная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-154, Белки-3, Жиры-2, У/в-31
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-275, Белки-4, Жиры-3, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-153, Белки-10, Жиры-9, У/в-23
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-374, Белки-16, Жиры-19, У/в-52
<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	Щи из свежей капусты с мясом (сад) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Грудка кур, Сметана, Лавровый лист</i>	ККал-117, Белки-4, Жиры-7, У/в-10
66	Гуляш из куриного филе кур.грудки (сад) <i>Филе цыплят бройлеров, Грудка кур, Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода</i>	ККал-137, Белки-7, Жиры-4, У/в-5
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-113, Белки-5, 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-650, Белки-22, Жиры-22, У/в-87
<u>Полдник</u>		
70	Вафли(сад)	ККал-178, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-288, Белки-7, Жиры-7, У/в-25
<u>Ужин</u>		
150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная</i>	ККал-100, Белки-4, Жиры-7, У/в-33
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-430, Белки-9, Жиры-12, У/в-82
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-167, Белки-4, Жиры-6, У/в-29
20/10	Батон с маслом(ясли) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-332, Белки-8, Жиры-14, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-58, Белки-1, У/в-6
180	Щи из свежей капусты с мясом (ясли) <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Грудка кур, Лавровый лист</i>	ККал-115, Белки-5, Жиры-5, У/в-17
60	Гуляш из куриного филе и кур.грудки(ясли) <i>Филе цыплят бройлеров, Грудка кур, Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, *Вода, Томат-паста</i>	ККал-119, Белки-5, Жиры-6, У/в-12
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-139, Белки-6, Жиры-4, У/в-22
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-544, Белки-19, Жиры-18, У/в-84
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
150	Ряженка (ясли)	ККал-75, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-187, Белки-6, Жиры-5, У/в-27
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли) <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная</i>	ККал-138, Белки-5, Жиры-7, У/в-12
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-294, Белки-8, Жиры-10, У/в-29
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный рисовый (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-129, Белки-5, Жиры-9, У/в-41
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-204, 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-481, Белки-14, Жиры-22, У/в-84
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат из моркови с яблоками.(сад) <i>Морковь, Масло Растительное, Сахар (песок), Яблоки</i>	ККал-85, Белки-4, Жиры-3, У/в-10
Итого за Завтрак2		ККал-85, Белки-4, Жиры-3, У/в-10
<u>Обед</u>		
60	Горошек зеленый консервированный (сад)	ККал-113, Белки-6, Жиры-2, У/в-20
180	Суп с макаронными изделиями на бульоне из индейки (сад) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-115, Белки-4, Жиры-6, У/в-25
200	Суфле из филе индейки (сад) <i>Индейка (филе), Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Крупа манная, Крупа рисовая, Морковь</i>	ККал-148, Белки-6, Жиры-13, У/в-17
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-595, Белки-19, Жиры-23, У/в-88
<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-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-261, Белки-7, Жиры-4, У/в-40
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-155, Белки-6, Жиры-7, У/в-13
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-378, Белки-9, Жиры-9, У/в-39
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Суп молочный рисовый (ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-2, Жиры-4, У/в-28
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
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-424, Белки-12, Жиры-16, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат из моркови с яблоками (ясли) <i>Морковь, Молоко сгущенное, Яблоки</i>	ККал-87, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-87, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Горошек зеленый консервированный (ясли)	ККал-40, Белки-3, Жиры-1, У/в-11
150	Суп с макаронными изделиями на бульоне из индейки(ясли) <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-145, Белки-3, Жиры-4, У/в-18
160	Суфле из филе индейки (ясли) <i>Индейка (филе), Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Крупа манная, Крупа рисовая, Морковь</i>	ККал-93, Белки-3, Жиры-5, У/в-12
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-372, Белки-11, Жиры-11, У/в-60
<u>Полдник</u>		
60	Булочка с маком (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-199, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-19
Итого за Полдник		ККал-255, Белки-7, Жиры-6, У/в-42
<u>Ужин</u>		
180	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-140, Белки-7, Жиры-8, У/в-17
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-261, Белки-9, Жиры-10, У/в-31
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-171, Белки-10, Жиры-10, У/в-31
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-204, 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-469, Белки-13, Жиры-17, У/в-73
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат из моркови с яблоками.(сад) <i>Морковь, Масло Растительное, Сахар (песок), Яблоки</i>	ККал-85, Белки-4, Жиры-3, У/в-10
Итого за Завтрак2		ККал-85, Белки-4, Жиры-3, У/в-10
<u>Обед</u>		
60	Салат из капусты белокачанной (сад) <i>Капуста белокачанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-50, Белки-1, Жиры-3, У/в-17
180	Суп из овощей на курином бульоне (сад) <i>Картофель, Капуста белокачанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-137, Белки-5, Жиры-8, У/в-22
160	Рулет картофельный с мясом(филе кур.)(сад) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Филе цыплят бройлеров, Печень индейки</i>	ККал-157, Белки-15, Жиры-10, У/в-22
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-528, Белки-23, Жиры-23, У/в-88
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-135, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-232, Белки-5, Жиры-4, У/в-31
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-136, Белки-6, Жиры-11, У/в-13
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 (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-487, Белки-9, Жиры-13, У/в-59
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-128, Белки-4, Жиры-6, 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-334, Белки-8, Жиры-14, У/в-49
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат из моркови с яблоками (ясли) <i>Морковь, Молоко сгущенное, Яблоки</i>	ККал-87, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-87, Белки-4, Жиры-3, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Салат из капусты белокочанной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное</i>	ККал-32, Белки-1, Жиры-1, У/в-7
150	Суп из овощей на курином бульоне (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-139, Белки-6, Жиры-5, У/в-14
141	Рулет картофельный с мясом (филе кур.)(ясли) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Филе цыплят бройлеров, Печень индейки</i>	ККал-193, Белки-6, Жиры-10, У/в-11
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
Итого за Обед		ККал-487, Белки-14, Жиры-17, У/в-56
<u>Полдник</u>		
50	Вафли(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-1, У/в-15
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-19
Итого за Полдник		ККал-168, Белки-7, Жиры-5, У/в-34
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная (ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-104, Белки-8, Жиры-6, У/в-18
40	Повидло (ясли)	ККал-98, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-324, Белки-9, Жиры-8, У/в-52
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-153, Белки-10, Жиры-9, У/в-34
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-374, Белки-16, Жиры-19, У/в-63
<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	Помидор соленый (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, Лавровый лист</i>	ККал-191, Белки-7, Жиры-11, У/в-25
200	Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад) <i>Индейка (филе), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-172, Белки-7, Жиры-10, У/в-21
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из сухофруктов(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Обед		ККал-572, Белки-19, Жиры-25, У/в-79
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с мармеладом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Мармелад (карамель), Соль йодированная, Ванилин</i>	ККал-241, Белки-2, Жиры-4, У/в-34
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-338, Белки-5, Жиры-5, У/в-46
<u>Ужин</u>		
200	Рыба, запеченная в омлете(сад) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-206, Белки-10, Жиры-8, У/в-32
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-429, Белки-13, Жиры-10, У/в-58
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-167, Белки-4, Жиры-6, У/в-35
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-332, Белки-8, Жиры-14, У/в-58
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Помидор соленый(ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки(ясли) <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек, Лавровый лист</i>	ККал-139, Белки-5, Жиры-8, У/в-19
160	Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли) <i>Индейка (филе), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-155, Белки-6, Жиры-7, У/в-10
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из сухофруктов(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-411, Белки-14, Жиры-18, У/в-57
<u>Полдник</u>		
60	Ватрушка с мармеладом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Мармелад (карамель), Соль йодированная, Ванилин</i>	ККал-218, Белки-4, Жиры-4, У/в-15
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-19
Итого за Полдник		ККал-274, Белки-8, Жиры-8, У/в-34
<u>Ужин</u>		
180	Рыба, запеченная в омлете (ясли) <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-176, Белки-10, Жиры-6, У/в-25
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-297, Белки-11, Жиры-8, У/в-39
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-158, Белки-15, Жиры-11, У/в-28
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-404, Белки-26, Жиры-16, У/в-70
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Икра кабачковая(сад)	ККал-98, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	Борщ из свежей капусты на бульоне из куриной грудки со сметаной (сад) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Грудка кур, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-175, Белки-7, Жиры-14, У/в-19
180	Плов с мясом кур(сад) <i>Крупа рисовая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное, Грудка кур, *Вода</i>	ККал-177, Белки-9, Жиры-13, У/в-25
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из клюквы и черноплодной рябины(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-2, У/в-7
Итого за Обед		ККал-633, Белки-23, Жиры-34, У/в-81
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-289, Белки-1, У/в-36
<u>Ужин</u>		
200	Оладьи (сад) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-200, Белки-4, Жиры-7, У/в-23
50	Молоко сгущеное (сад)	ККал-107, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-416, Белки-5, Жиры-10, У/в-60
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-157, Белки-14, Жиры-13, У/в-24
20	Батон(ясли)	ККал-64, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-270, Белки-17, Жиры-20, У/в-43
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-12
150	Борщ из свежей капусты на бульоне из куриной грудки со сметаной (ясли) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста, Грудка кур</i>	ККал-177, Белки-6, Жиры-10, У/в-18
150	Плов с мясом кур (ясли) <i>Крупа рисовая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Масло сливочное, Грудка кур, *Вода, Томат-паста</i>	ККал-192, Белки-8, Жиры-9, У/в-20
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из клюквы и черноплодной рябины(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-542, Белки-17, Жиры-24, У/в-78
<u>Полдник</u>		
70	Зефир	ККал-151, Белки-1, У/в-21
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-231, Белки-1, У/в-29
<u>Ужин</u>		
180	Оладьи (ясли) <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-188, Белки-4, Жиры-2, У/в-32
40	Молоко сгущеное (ясли)	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-271, Белки-6, Жиры-4, У/в-39
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-198, Белки-6, Жиры-9, У/в-21
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Завтрак1		ККал-434, Белки-13, Жиры-17, У/в-68
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, 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-91, 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-126, Белки-6, Жиры-3, У/в-13
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-129, Белки-6, Жиры-7, У/в-12
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-104, Белки-2, Жиры-5, У/в-19
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-654, Белки-22, Жиры-21, У/в-97
<u>Полдник</u>		
80	Круассан со сгущенным молоком (сад) <i>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Масло Растительное, Сахар (песок), Дрожжи прессованные, Молоко сгущенное вареное</i>	ККал-127, Белки-3, Жиры-6, У/в-20
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-223, Белки-6, Жиры-7, У/в-32
<u>Ужин</u>		
140	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-153, Белки-3, Жиры-7, У/в-22
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 с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-430, Белки-13, Жиры-14, У/в-49
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-2, У/в-16
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-344, Белки-7, Жиры-10, У/в-50
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
30	Винегрет овощной(ясли) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная</i>	ККал-78, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-129, Белки-4, Жиры-6, У/в-18
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-105, Белки-5, Жиры-4, У/в-11
150	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-107, Белки-3, 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-531, Белки-18, Жиры-21, У/в-84
<u>Полдник</u>		
70	Круассан со сгущенным молоком (ясли) <i>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Сахар (песок), Дрожжи прессованные, Молоко сгущенное вареное</i>	ККал-97, Белки-2, Жиры-2, У/в-11
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-19
Итого за Полдник		ККал-153, Белки-7, Жиры-6, У/в-30
<u>Ужин</u>		
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-154, Белки-2, Жиры-3, У/в-12
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-329, Белки-10, Жиры-10, У/в-27
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-158, Белки-4, Жиры-11, У/в-28
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-404, Белки-15, Жиры-16, У/в-70
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Винегрет овощной(сад) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная</i>	ККал-91, Белки-3, Жиры-2, У/в-20
180	Щи из квашеной капусты(сад) <i>Капуста квашенная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Томат-паста, Грудка кур, Лавровый лист</i>	ККал-125, Белки-8, Жиры-13, У/в-18
170	Рулет картофельный с мясом (сад) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Печень индейки</i>	ККал-195, Белки-6, Жиры-11, У/в-23
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-614, Белки-22, Жиры-30, У/в-93
<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-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-261, Белки-7, Жиры-4, У/в-40
<u>Ужин</u>		
150	Макароны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-204, Белки-5, Жиры-8, У/в-17
50	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
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-432, Белки-9, Жиры-10, У/в-44
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-157, Белки-9, Жиры-6, У/в-32
20	Батон(ясли)	ККал-64, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-270, Белки-11, Жиры-13, У/в-51
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Винегрет овощной(ясли) <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная</i>	ККал-78, Белки-3, Жиры-4, У/в-7
150	Щи из квашеной капусты(ясли) <i>Капуста квашенная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Грудка кур, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-146, Белки-6, Жиры-3, У/в-16
170	Рулет картофельный с мясом (ясли) <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Грудка кур, Печень индейки</i>	ККал-187, Белки-8, Жиры-8, У/в-17
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-524, Белки-20, Жиры-18, У/в-68
<u>Полдник</u>		
60	Булочка с маком (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-160, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-11
Итого за Полдник		ККал-216, Белки-7, Жиры-6, У/в-34
<u>Ужин</u>		
140	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-177, Белки-3, Жиры-8, У/в-20
40	Помидор соленый(ясли)	ККал-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-304, Белки-4, Жиры-10, У/в-35
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша гречневая вязкая(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-108, Белки-7, Жиры-4, У/в-8
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-204, 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-406, Белки-10, Жиры-12, 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	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, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-110, Белки-9, Жиры-7, У/в-5
80	Ёжики (сад) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-102, Белки-9, Жиры-9, У/в-11
150	Макаронны отварные с маслом сливочным (сад) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-89, Белки-3, Жиры-8, У/в-24
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-583, Белки-27, Жиры-29, У/в-84
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-110, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (сад)	ККал-64, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-271, Белки-9, Жиры-10, У/в-44
<u>Ужин</u>		
150	Сырники из творога (сад) <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная</i>	ККал-100, Белки-4, Жиры-7, У/в-22
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 (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-451, Белки-7, Жиры-9, У/в-68
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша гречневая вязкая(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-90, Белки-4, Жиры-3, У/в-16
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-296, Белки-9, Жиры-11, У/в-45
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
40	Икра кабачковая(ясли) Рассольник на бульоне из	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-12
150	шеек индеек со сметаной(ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-110, Белки-8, Жиры-7, У/в-5
60	Ёжики (ясли) <i>Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-100, Белки-5, Жиры-3, У/в-6
120	Макароны отварные с маслом сливочным (ясли) <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-124, Белки-2, Жиры-3, У/в-7
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
Итого за Обед		ККал-517, Белки-18, Жиры-16, У/в-54
<u>Полдник</u>		
70	Печенье	ККал-110, Белки-2, Жиры-3, У/в-19
60	Мармелад (ясли)	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-12
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-230, Белки-9, Жиры-11, У/в-45
<u>Ужин</u>		
140	Сырники из творога (ясли) <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная</i>	ККал-92, Белки-5, Жиры-7, У/в-12
40	Повидло (ясли)	ККал-58, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-271, Белки-6, Жиры-9, У/в-46
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-198, Белки-6, Жиры-9, У/в-21
45	Батон с маслом и сыром(сад) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-142, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
200	Кофейный напиток(сад) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
Итого за Завтрак1		ККал-451, Белки-14, Жиры-18, У/в-58
<u>Завтрак2</u>		
Салат		
100	"Фруктовый"банан/яблоко (сад) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-135, У/в-18
Итого за Завтрак2		ККал-135, У/в-18
<u>Обед</u>		
Салат из капусты		
60	белокочанной и кукурузы консервированной (сад) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
Суп с вермишелью и яйцом на		
180	бульоне из шейки индейки (сад) <i>Макаронные изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Шейка индеек</i>	ККал-199, Белки-9, Жиры-10, У/в-34
80	Рыба, тушенная в томате с овощами (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-62, Белки-2, Жиры-6, У/в-5
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-113, Белки-5, Жиры-7, У/в-33
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот Апельсин/лимон (сад) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
Итого за Обед		ККал-582, Белки-20, Жиры-24, У/в-108
<u>Полдник</u>		
80	Плюшка (сад) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-185, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	Йогурт (сад)	ККал-132, Белки-6, Жиры-6, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-317, Белки-10, Жиры-9, У/в-27
<u>Ужин</u>		
200	Овощное ассорти (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-6, Жиры-7, У/в-22
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-315, Белки-10, Жиры-9, У/в-49
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
35	Батон с маслом и сыром (ясли) <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-100, Белки-1, Жиры-2, У/в-16
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-318, Белки-6, Жиры-11, У/в-43
<u>Завтрак2</u>		
100	Салат "Фруктовый"банан/яблоко (ясли) <i>Банан, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
Итого за Завтрак2		ККал-93, Белки-2, Жиры-1, У/в-19
<u>Обед</u>		
50	Салат из капусты белокочанной и кукурузы консервированной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Кукуруза консервированная</i>	ККал-20, Белки-1, У/в-4
150	Суп с вермишелью и яйцом на бульоне из шеек индейки (ясли) <i>Макаронные изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Яйцо, Шейка индеек</i>	ККал-128, Белки-6, Жиры-6, У/в-19
60	Рыба, тушенная в томате с овощами (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-47, Белки-3, Жиры-6, У/в-12
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-178, Белки-6, Жиры-6, У/в-22
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот Апельсин/лимон (ясли) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
Итого за Обед		ККал-503, Белки-19, Жиры-18, У/в-85
<u>Полдник</u>		
60	Плюшка (ясли) <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-148, Белки-8, Жиры-5, У/в-13
150	Йогурт (ясли)	ККал-122, Белки-2, Жиры-6, У/в-6
Итого за Полдник		ККал-270, Белки-10, Жиры-11, У/в-19
<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-99, Белки-4, Жиры-3, У/в-16
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-216, Белки-5, Жиры-5, У/в-38
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-178, Белки-10, Жиры-11, У/в-32
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-424, Белки-21, Жиры-16, У/в-74
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
180	Суп 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, Лавровый лист</i>	ККал-169, Белки-4, Жиры-12, У/в-19
200	Каша перловая с мясом индейки (сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-173, Белки-7, Жиры-12, У/в-26
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из клюквы и черноплодной рябины(сад) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, Белки-2, Жиры-2, У/в-7
Итого за Обед		ККал-606, Белки-17, Жиры-28, У/в-90
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-211, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-349, Белки-3, Жиры-4, У/в-31
<u>Ужин</u>		
170	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-161, Белки-9, Жиры-9, У/в-29
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
180	Чай с сахаром на молоке(сад) <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-88, Белки-1, Жиры-1, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-364, Белки-13, Жиры-12, У/в-53
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-147, Белки-13, Жиры-12, У/в-29
20	Батон(ясли)	ККал-64, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-260, Белки-16, Жиры-19, У/в-48
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-58, Белки-1, У/в-6
180	Суп с клецками со сметаной на бульоне из шеек идейки (ясли) <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло Растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Шейка индеек, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-144, Белки-7, Жиры-7, У/в-25
150	Каша перловая с мясом индейки (ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Шейка индеек, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый</i>	ККал-153, Белки-7, Жиры-5, У/в-16
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из клюквы и черноплодной рябины(ясли) <i>Сахар (песок), Витамин С, Клюква, *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
Итого за Обед		ККал-468, Белки-17, Жиры-14, У/в-75
<u>Полдник</u>		
70	Булочка с корицей <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-211, Белки-3, Жиры-4, У/в-16
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-291, Белки-3, Жиры-4, У/в-25
<u>Ужин</u>		
160	Каша пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-158, Белки-4, Жиры-7, У/в-20
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
150	Чай с сахаром на молоке(ясли) <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-11
Итого за Ужин		ККал-295, Белки-6, Жиры-10, У/в-41
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Суп молочный рисовый (сад) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-129, Белки-5, Жиры-9, У/в-41
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-333, Белки-10, Жиры-19, У/в-81
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(сад)	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Капуста квашеная (сад) <i>Капуста квашеная, Масло Растительное</i>	ККал-55, У/в-9
180	Суп рыбный(сад) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, Томат-паста</i>	ККал-126, Белки-6, Жиры-8, У/в-13
200	Жаркое по-домашнему с печенью (сад) <i>Картофель, Печень индейки, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-300, Белки-12, Жиры-9, У/в-37
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-699, Белки-21, Жиры-19, У/в-86
<u>Полдник</u>		
80/15	Ватрушка с повидлом (сад) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-184, Белки-4, Жиры-3, У/в-18
180	Ряженка (сад)	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
Итого за Полдник		ККал-294, Белки-9, Жиры-7, У/в-25
<u>Ужин</u>		
140	Каша гороховая (сад) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-138, Белки-5, Жиры-9, У/в-27
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	Хлеб пшеничный (сад)	ККал-114, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	Чай с сахаром (сад) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
Итого за Ужин		ККал-415, Белки-14, Жиры-15, У/в-54
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Суп молочный рисовый (ясли) <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-2, Жиры-4, У/в-28
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-355, Белки-7, Жиры-11, У/в-59
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки(ясли)	ККал-43, У/в-11
Итого за Завтрак2		ККал-43, У/в-11
<u>Обед</u>		
40	Капуста квашеная (ясли) <i>Капуста квашеная, Масло Растительное</i>	ККал-38, Белки-1, Жиры-3, У/в-8
150	Суп рыбный(ясли) <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшениная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-7, У/в-18
160	Жаркое по-домашнему с печенью (ясли) <i>Картофель, Печень индейки, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста</i>	ККал-154, Белки-9, Жиры-7, У/в-29
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из ягод (ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
Итого за Обед		ККал-437, Белки-16, Жиры-18, У/в-74
<u>Полдник</u>		
60/10	Ватрушка с повидлом (ясли) <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Повидло, Соль йодированная</i>	ККал-177, Белки-4, Жиры-4, У/в-13
150	Ряженка (ясли)	ККал-75, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-252, Белки-7, Жиры-8, У/в-25
<u>Ужин</u>		
120	Каша гороховая (ясли) <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-138, Белки-3, Жиры-4, У/в-19
60	Яйцо вареное вкрутую	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-313, Белки-11, Жиры-11, У/в-35
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша манная (сад) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-133, Белки-10, Жиры-9, У/в-21
30/10	Батон с маслом(сад) <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-110, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	Какао на молоке(сад) <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Белки-1, Жиры-2, У/в-29
Итого за Завтрак1		ККал-337, Белки-15, Жиры-19, У/в-61
<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 из овощей на бульоне из шейки индейки (сад) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-137, Белки-6, Жиры-4, У/в-13
80	Гуляш из печени (сад) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-129, Белки-6, Жиры-7, У/в-12
180	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-104, Белки-2, Жиры-5, У/в-19
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот из вишни и черноплодной рябины(сад) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
Итого за Обед		ККал-652, Белки-19, Жиры-21, У/в-87
<u>Полдник</u>		
70	Пряник (сад)	ККал-172, Белки-2, Жиры-8, У/в-17
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-269, Белки-5, Жиры-9, У/в-29
<u>Ужин</u>		
150	Запеканка творожная с изюмом (сад) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-131, Белки-11, Жиры-9, У/в-22
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-454, Белки-15, Жиры-11, У/в-69
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша манная (ясли) <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-147, Белки-4, Жиры-6, У/в-15
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-338, Белки-10, Жиры-13, У/в-46
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
40	Икра кабачковая(ясли)	ККал-60, Белки-1, Жиры-3, У/в-12
152	Суп из овощей на бульоне из шейки индейки (ясли) <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Томат-паста, Лавровый лист</i>	ККал-123, Белки-6, Жиры-7, У/в-11
60	Гуляш из печени (ясли) <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-105, Белки-5, Жиры-5, У/в-11
150	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли) <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-107, Белки-3, Жиры-4, У/в-11
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот из вишни и черноплодной рябины(ясли) <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Вишня, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
Итого за Обед		ККал-517, Белки-17, Жиры-19, У/в-67
<u>Полдник</u>		
50	Пряник(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-4, У/в-8
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-168, Белки-6, Жиры-8, У/в-22
<u>Ужин</u>		
140	Запеканка творожная с изюмом(ясли) <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-117, Белки-7, Жиры-5, У/в-13
40	Повидло (ясли)	ККал-58, У/в-20
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-292, Белки-9, Жиры-7, У/в-54
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша геркулесовая молочная(сад) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-126, Белки-6, Жиры-7, У/в-23
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-164, 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-401, Белки-10, Жиры-15, У/в-54
<u>Завтрак2</u>		
180	Напиток из сока (сад) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-58, У/в-15
<u>Обед</u>		
60	Салат "Свеколка"(сад) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-80, Белки-1, У/в-24
180	Борщ из свежей капусты на бульоне из куриной грудки со сметаной(сад) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-140, Белки-5, Жиры-3, У/в-13
80	Зразы рубленые (сад) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Хлеб белый, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-146, Белки-9, Жиры-16, У/в-15
150	Пюре картофельное(сад) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-113, Белки-5, Жиры-9, У/в-23
50	Хлеб ржаной(сад)	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	Компот Апельсин/лимон (сад) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
Итого за Обед		ККал-667, Белки-23, Жиры-30, У/в-106
<u>Полдник</u>		
80	Булочка с маком (сад) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-165, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-12
Итого за Полдник		ККал-261, Белки-7, Жиры-4, У/в-40
<u>Ужин</u>		
200	Макароны запеченные с яйцом (сад) <i>Макаронные изделия, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-201, Белки-9, Жиры-9, У/в-22
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-98, Белки-1, Жиры-1, У/в-12
Итого за Ужин		ККал-413, Белки-13, Жиры-12, У/в-46
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша геркулесовая молочная(ясли) <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-128, Белки-5, Жиры-3, У/в-15
20/10	Батон с сыром (ясли) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-5, У/в-11
180	Кофейный напиток(ясли) <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
Итого за Завтрак1		ККал-308, Белки-8, Жиры-12, У/в-37
<u>Завтрак2</u>		
150	Напиток из сока (ясли) <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
40	Салат "Свеколка"(ясли) <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-58, Белки-1, У/в-6
150	Борщ из свежей капусты на бульоне из куриной грудки со сметаной(ясли) <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-108, Белки-5, Жиры-6, У/в-14
60	Зразы рубленые (ясли) <i>Грудка кур, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Хлеб белый, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-123, Белки-7, Жиры-10, У/в-11
120	Пюре картофельное(ясли) <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-129, Белки-6, Жиры-3, У/в-17
40	Хлеб ржаной(ясли)	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	Компот Апельсин/лимон (ясли) <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
Итого за Обед		ККал-548, Белки-21, Жиры-20, У/в-76
<u>Полдник</u>		
60	Булочка с маком (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-139, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-14
Итого за Полдник		ККал-195, Белки-7, Жиры-6, У/в-37
<u>Ужин</u>		
180	Макароны запеченные с яйцом (ясли) <i>Макаронные изделия, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-113, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
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-263, Белки-7, Жиры-9, У/в-39
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
160	Омлет (сад) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-178, Белки-11, Жиры-11, У/в-32
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-424, Белки-22, Жиры-16, У/в-74
<u>Завтрак2</u>		
180	Сок(сад)	ККал-88, Белки-1, У/в-15
Итого за Завтрак2		ККал-88, Белки-1, У/в-15
<u>Обед</u>		
50	Огурец соленый (сад)	ККал-74, У/в-1
180	Суп куриный с макаронными изделиями (сад) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-116, Белки-6, Жиры-8, У/в-18
200	Каша перловая с мясом кур(сад) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-171, Белки-10, Жиры-12, У/в-29
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-565, Белки-21, Жиры-24, У/в-80
<u>Полдник</u>		
70	Пряник (сад)	ККал-172, Белки-2, Жиры-8, У/в-17
200	Кисель витаминизированный (сад) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-310, Белки-2, Жиры-8, У/в-32
<u>Ужин</u>		
200	Каша пшениная (сад) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-190, Белки-6, Жиры-11, У/в-34
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-413, Белки-9, Жиры-13, У/в-60
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
140	Омлет (ясли) <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-167, Белки-13, Жиры-12, У/в-33
20	Батон(ясли)	ККал-124, Белки-3, Жиры-7, У/в-15
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Завтрак1		ККал-340, Белки-16, Жиры-19, У/в-52
<u>Завтрак2</u>		
150	Сок (ясли)	ККал-86, У/в-14
Итого за Завтрак2		ККал-86, У/в-14
<u>Обед</u>		
30	Огурец соленый (ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп куриный с макаронными изделиями (ясли) <i>Грудка кур, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-174, Белки-7, Жиры-4, У/в-20
160	Каша перловая с мясом кур(ясли) <i>Крупа перловая, Соль йодированная, Масло сливочное, *Вода, Грудка кур, Морковь, Масло Растительное, Лук репчатый, Томат-паста</i>	ККал-161, Белки-8, Жиры-8, У/в-27
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-452, Белки-18, Жиры-15, У/в-76
<u>Полдник</u>		
50	Пряник(ясли)	ККал-112, Белки-2, Жиры-4, У/в-8
180	Кисель витаминизированный (ясли) <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
Итого за Полдник		ККал-192, Белки-2, Жиры-4, У/в-17
<u>Ужин</u>		
180	Каша пшениная (ясли) <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-209, Белки-4, Жиры-8, У/в-30
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-330, Белки-6, Жиры-9, У/в-44
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

Меню ДОУ (сад)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
180	Каша "Дружба"(сад) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-198, Белки-10, Жиры-9, У/в-21
30/10	Батон с сыром (сад) <i>Сыр, Батон</i>	ККал-164, 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-456, Белки-13, Жиры-17, У/в-63
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	Помидор соленый (сад)	ККал-5, У/в-1
180	Суп с мясными фрикадельками(сад) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-192, Белки-8, Жиры-8, У/в-22
200	Капуста тушенная с говядиной (сад) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-170, Белки-9, Жиры-11, 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-585, Белки-21, Жиры-21, У/в-73
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), Ванилин</i>	ККал-214, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	Молоко кипяченое(сад)	ККал-97, Белки-3, Жиры-1, У/в-21
Итого за Полдник		ККал-310, Белки-5, Жиры-5, У/в-44
Ужин		
80	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное</i>	ККал-82, Белки-8, Жиры-9, У/в-19
115/5	Рис отварной (сад) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-86, Белки-3, Жиры-7, У/в-22
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-391, Белки-15, Жиры-18, У/в-67
Итого за		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

Меню ДОУ (ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
150	Каша "Дружба"(ясли) <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
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-356, Белки-8, Жиры-13, У/в-46
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	Помидор соленый(ясли)	ККал-4, У/в-1
150	Суп с мясными фрикадельками(ясли) <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-182, Белки-5, Жиры-5, У/в-13
170	Капуста тушенная с говядиной (ясли) <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная), Томат-паста</i>	ККал-151, Белки-9, Жиры-10, У/в-20
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-431, Белки-16, Жиры-16, У/в-53
Полдник		
50	Булочка домашняя с мармеладом (ясли) <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель), Ванилин</i>	ККал-206, Белки-2, Жиры-3, У/в-18
150	Молоко кипяченое(ясли)	ККал-56, Белки-4, Жиры-4, У/в-28
Итого за Полдник		ККал-262, Белки-7, Жиры-6, У/в-46
Ужин		
60	Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли) <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Томат-паста</i>	ККал-35, Белки-8, Жиры-4, У/в-11
116/4	Рис отварной(ясли) <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-108, Белки-2, Жиры-6, У/в-19
40	Хлеб пшеничный (ясли)	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	Чай с сахаром(ясли) <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-4
Итого за Ужин		ККал-264, Белки-11, Жиры-12, У/в-44
Итого за		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203