

**(сад)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
150	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-187, Белки-8, Жиры-7, У/в-30
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-140, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-490, Белки-18, Жиры-19, У/в-56
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Напиток из сока (сад)</b> <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-58, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Помидор соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
180	<b>Суп из овощей со сметаной(сад)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Сметана, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-173, Белки-10, Жиры-8, У/в-29
200	<b>Капуста тушеная с говядиной (сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-209, Белки-14, Жиры-15, У/в-30
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот Апельсин/лимон (сад)</b> <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-575, Белки-27, Жиры-24, У/в-92
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-106, Белки-1, Жиры-2, У/в-22
60	<b>Мармелад (сад)</b>	ККал-64, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-309, Белки-5, Жиры-9, У/в-50
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Оладьи (сад)</b> <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-160, Белки-4, Жиры-7, У/в-13
50	<b>Повидло (сад)</b>	ККал-128, У/в-21
200	<b>Чай сладкий с лимоном (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-369, Белки-4, Жиры-7, У/в-48
<b>Итого за</b>		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

**(ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
120	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-3, Жиры-6, У/в-24
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-370, Белки-12, Жиры-15, У/в-51
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Напиток из сока (ясли)</b> <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-14
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Помидор соленый(ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Суп из овощей со сметаной(ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Сметана, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-131, Белки-9, Жиры-7, У/в-16
170	<b>Капуста тушеная с говядиной (ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-143, Белки-11, Жиры-14, У/в-10
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот Апельсин/лимон (ясли)</b> <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-408, Белки-22, Жиры-22, У/в-55
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Печенье (ясли)</b>	ККал-62, Белки-1, Жиры-2, У/в-20
60	<b>Мармелад (ясли)</b>	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-12
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-207, Белки-4, Жиры-8, У/в-40
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Оладьи (ясли)</b> <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-12
40	<b>Повидло (ясли)</b>	ККал-98, У/в-20
180	<b>Чай сладкий с лимоном (ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-330, Белки-4, Жиры-2, У/в-43
<b>Итого за</b>		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

**(сад)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
150	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-187, Белки-8, Жиры-7, У/в-30
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-140, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-490, Белки-18, Жиры-19, У/в-56
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Напиток из сока (сад)</b> <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-58, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Помидор соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
180	<b>Суп из овощей со сметаной(сад)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Сметана, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-173, Белки-10, Жиры-8, У/в-29
200	<b>Капуста тушеная с говядиной (сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-209, Белки-14, Жиры-15, У/в-30
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот Апельсин/лимон (сад)</b> <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-575, Белки-27, Жиры-24, У/в-92
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-106, Белки-1, Жиры-2, У/в-22
60	<b>Мармелад (сад)</b>	ККал-64, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-309, Белки-5, Жиры-9, У/в-50
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Оладьи (сад)</b> <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-160, Белки-4, Жиры-7, У/в-13
50	<b>Повидло (сад)</b>	ККал-128, У/в-21
200	<b>Чай сладкий с лимоном (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-369, Белки-4, Жиры-7, У/в-48
<b>Итого за</b>		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

**(ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
120	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-3, Жиры-6, У/в-24
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-370, Белки-12, Жиры-15, У/в-51
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Напиток из сока (ясли)</b> <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-14
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Помидор соленый(ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Суп из овощей со сметаной(ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Сметана, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-131, Белки-9, Жиры-7, У/в-16
170	<b>Капуста тушеная с говядиной (ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-143, Белки-11, Жиры-14, У/в-10
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот Апельсин/лимон (ясли)</b> <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-408, Белки-22, Жиры-22, У/в-55
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Печенье (ясли)</b>	ККал-62, Белки-1, Жиры-2, У/в-20
60	<b>Мармелад (ясли)</b>	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-12
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-207, Белки-4, Жиры-8, У/в-40
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Оладьи (ясли)</b> <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-12
40	<b>Повидло (ясли)</b>	ККал-98, У/в-20
180	<b>Чай сладкий с лимоном (ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-330, Белки-4, Жиры-2, У/в-43
<b>Итого за</b>		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203

**(сад)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
150	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-187, Белки-8, Жиры-7, У/в-30
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-140, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, У/в-14
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-490, Белки-18, Жиры-19, У/в-56
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Напиток из сока (сад)</b> <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-58, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-58, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Помидор соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
180	<b>Суп из овощей со сметаной(сад)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Сметана, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-173, Белки-10, Жиры-8, У/в-29
200	<b>Капуста тушеная с говядиной (сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Томат-паста, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (бескостная)</i>	ККал-209, Белки-14, Жиры-15, У/в-30
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот Апельсин/лимон (сад)</b> <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон</i>	ККал-98, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-575, Белки-27, Жиры-24, У/в-92
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-106, Белки-1, Жиры-2, У/в-22
60	<b>Мармелад (сад)</b>	ККал-64, Белки-3, Жиры-6, У/в-14
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-309, Белки-5, Жиры-9, У/в-50
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Оладьи (сад)</b> <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-160, Белки-4, Жиры-7, У/в-13
50	<b>Повидло (сад)</b>	ККал-128, У/в-21
200	<b>Чай сладкий с лимоном (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-81, У/в-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-369, Белки-4, Жиры-7, У/в-48
<b>Итого за</b>		ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

**(ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
120	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-170, Белки-3, Жиры-6, У/в-24
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-3, Жиры-4, У/в-12
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-370, Белки-12, Жиры-15, У/в-51
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Напиток из сока (ясли)</b> <i>Сок, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-86, У/в-14
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-14
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Помидор соленый(ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Суп из овощей со сметаной(ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Сметана, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-131, Белки-9, Жиры-7, У/в-16
170	<b>Капуста тушеная с говядиной (ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Масло Растительное, Соль йодированная, *Вода, Говядина (безкостная)</i>	ККал-143, Белки-11, Жиры-14, У/в-10
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот Апельсин/лимон (ясли)</b> <i>Апельсины, Сахар (песок), *Вода, Лимон, Витамин С</i>	ККал-82, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-408, Белки-22, Жиры-22, У/в-55
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Печенье (ясли)</b>	ККал-62, Белки-1, Жиры-2, У/в-20
60	<b>Мармелад (ясли)</b>	ККал-64, Белки-2, Жиры-5, У/в-12
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-207, Белки-4, Жиры-8, У/в-40
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Оладьи (ясли)</b> <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-12
40	<b>Повидло (ясли)</b>	ККал-98, У/в-20
180	<b>Чай сладкий с лимоном (ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, *Вода</i>	ККал-44, У/в-11
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-330, Белки-4, Жиры-2, У/в-43
<b>Итого за</b>		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203