

**(сад)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
180	<b>Каша геркулесовая молочная(сад)</b> <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-194, Белки-12, Жиры-9, У/в-21
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-120, Белки-4, Жиры-8, У/в-16
200	<b>Какао на молоке(сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Жиры-1, У/в-29
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-408, Белки-17, Жиры-17, У/в-66
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Яблоки(сад)</b>	ККал-58, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-58, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-95, Белки-1, У/в-4
180	<b>Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(сад)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-175, Белки-5, Жиры-5, У/в-10
170	<b>Рулет картофельный с мясом (сад)</b> <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Филе цыплят бройлеров, Печень говяжья</i>	ККал-195, Белки-8, Жиры-9, У/в-23
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-55, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-610, Белки-16, Жиры-16, У/в-69
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-151, Белки-1, Жиры-2, У/в-21
180	<b>Кефир (сад)</b>	ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-241, Белки-2, Жиры-7, У/в-26
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Сырники из творога (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-185, Белки-14, Жиры-15, У/в-35
50	<b>Молоко сгущеное (сад)</b>	ККал-117, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-482, Белки-19, Жиры-20, У/в-85
<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>		
150	<b>Каша геркулесовая молочная(ясли)</b> <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-145, Белки-6, Жиры-2, У/в-21
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-77, Белки-5, Жиры-3, У/в-14
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-2, Жиры-5, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-287, Белки-14, Жиры-10, У/в-45
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Яблоки(ясли)</b>	ККал-43, У/в-11
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-43, У/в-11
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Салат из капусты белокочанной и зеленого горошка (ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Лук репчатый, Сахар (песок), Масло Растительное, Горошек зеленый консервированный</i>	ККал-87, Белки-1, У/в-14
150	<b>Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(ясли)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-171, Белки-4, Жиры-10, У/в-24
170	<b>Рулет картофельный с мясом (ясли)</b> <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Филе цыплят бройлеров, Печень говяжья</i>	ККал-187, Белки-8, Жиры-10, У/в-17
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-48, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-542, Белки-14, Жиры-21, У/в-78
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Печенье (ясли)</b>	ККал-151, Белки-1, Жиры-2, У/в-20
150	<b>Кефир (ясли)</b>	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-226, Белки-2, Жиры-6, У/в-27
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Сырники из творога (ясли)</b> <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная</i>	ККал-152, Белки-7, Жиры-7, У/в-17
40	<b>Молоко сгущеное (ясли)</b>	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-302, Белки-11, Жиры-10, У/в-42
<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>Запеканка творожная (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-18
50	<b>Молоко сгущеное (сад)</b>	ККал-117, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
40	<b>Батон (сад)</b>	ККал-105, Белки-1, У/в-27
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-61, Белки-2, Жиры-2, У/в-13
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-428, Белки-13, Жиры-15, У/в-81
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Икра домашняя (сад)</b>	ККал-82, Белки-1, Жиры-5, У/в-5
180	<b>Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-145, Белки-3, Жиры-11, У/в-28
177	<b>Бефстроганов из сердца говяжьего в молочно-сметанном соусе (сад)</b> <i>Сметана, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, сердце говяжье</i>	ККал-128, Белки-13, Жиры-9, У/в-5
150	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-132, Белки-6, Жиры-1, У/в-15
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из сухофруктов(сад)</b> <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-103, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-680, Белки-29, Жиры-30, У/в-86
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-51, Белки-1, Жиры-2, У/в-11
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-118, У/в-10
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-234, Белки-5, Жиры-9, У/в-34
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Рагу овощное (сад)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-3, Жиры-4, У/в-17
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-300, Белки-7, Жиры-6, У/в-44
<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>		
130	<b>Запеканка творожная (ясли)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-117, Белки-8, Жиры-7, У/в-12
40	<b>Молоко сгущеное (ясли)</b>	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
30	<b>Батон (ясли)</b>	ККал-53, Белки-2, У/в-18
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-1
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-272, Белки-13, Жиры-12, У/в-34
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-14
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-14
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Икра домашняя (ясли)</b>	ККал-44, Белки-1, Жиры-4, У/в-4
150	<b>Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Сметана, Шейка индеек, Томат-паста</i>	ККал-117, Белки-5, Жиры-8, У/в-24
132	<b>Бефстроганов из сердца говяжьего в молочно-сметанном соусе (ясли)</b> <i>Сметана, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, сердце говяжье</i>	ККал-141, Белки-9, Жиры-6, У/в-14
120	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-119, Белки-5, Жиры-4, У/в-14
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из сухофруктов(ясли)</b> <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-535, Белки-22, Жиры-24, У/в-84
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Печенье (ясли)</b>	ККал-77, Белки-1, Жиры-2, У/в-20
60	<b>Мармелад (ясли)</b>	ККал-79, Белки-1, Жиры-5, У/в-12
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-102, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-259, Белки-3, Жиры-8, У/в-40
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Рагу овощное (ясли)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-248, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
<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>		
180	<b>Каша манная (сад)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-135, Белки-6, Жиры-10, У/в-16
30/10	<b>Батон с сыром (сад)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-102, Белки-4, Жиры-6, У/в-13
200	<b>Какао на молоке(сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Жиры-1, У/в-29
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-331, Белки-10, Жиры-17, У/в-58
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Винегрет овощной(сад)</b> <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашеная</i>	ККал-121, Белки-3, Жиры-2, У/в-21
180	<b>Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(сад)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-175, Белки-5, Жиры-5, У/в-10
80	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами (сад)</b> <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-108, Белки-8, Жиры-12, У/в-15
150/5	<b>Рис отварной (сад)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-181, Белки-5, Жиры-6, У/в-17
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из черноплодной рябины (сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
<b>Итого за Обед</b>		ККал-769, Белки-24, Жиры-27, У/в-91
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Штоли с изюмом (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм</i>	ККал-103, Белки-4, Жиры-3, У/в-21
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-44, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-147, Белки-8, Жиры-4, У/в-32
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Запеканка творожная (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-145, Белки-8, Жиры-10, У/в-18
50	<b>Повидло (сад)</b>	ККал-71, У/в-21
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-396, Белки-11, Жиры-12, У/в-66
<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>		
150	<b>Каша манная (ясли)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-120, Белки-6, Жиры-4, У/в-11
20/10	<b>Батон с сыром (ясли)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-6, У/в-18
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-2, Жиры-5, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-297, Белки-10, Жиры-15, У/в-39
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-14
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-14
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Винегрет овощной(ясли)</b> <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашеная</i>	ККал-102, Белки-1, Жиры-4, У/в-7
150	<b>Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(ясли)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-125, Белки-4, Жиры-5, У/в-14
60	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами (ясли)</b> <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-105, Белки-6, Жиры-4, У/в-9
120/4	<b>Рис отварной(ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-90, Белки-2, Жиры-3, У/в-14
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из черноплодной рябины (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
<b>Итого за Обед</b>		ККал-545, Белки-15, Жиры-16, У/в-67
<b><u>Полдник</u></b>		
60	<b>Штоли с изюмом (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи сухие, Соль йодированная, Изюм</i>	ККал-84, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-96, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-179, Белки-6, Жиры-7, У/в-36
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Запеканка творожная (ясли)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-126, Белки-9, Жиры-8, У/в-13
40	<b>Повидло (ясли)</b>	ККал-50, У/в-14
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-292, Белки-10, Жиры-10, У/в-48
<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>		
160	<b>Омлет (сад)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-151, Белки-12, Жиры-13, У/в-28
40	<b>Батон (сад)</b>	ККал-105, Белки-1, У/в-27
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-79, У/в-7
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-335, Белки-13, Жиры-13, У/в-62
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Огурец соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
180	<b>Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки (сад)</b> <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-171, Белки-4, Жиры-10, У/в-10
70	<b>Котлета из говядины с добавл.курин.филе (сад)</b> <i>Говядина (бескостная), Филе цыплят бройлеров, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-198, Белки-10, Жиры-8, У/в-15
150	<b>Пюре картофельное(сад)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-170, Белки-5, Жиры-7, У/в-26
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из свежих яблок(сад)</b> <i>Яблоки, Витамин С, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-89, У/в-22
<b>Итого за Обед</b>		ККал-723, Белки-21, Жиры-27, У/в-88
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Гренки (сад)</b> <i>Батон, Масло сливочное</i>	ККал-174, Белки-2, Жиры-3, У/в-28
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-44, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-218, Белки-6, Жиры-4, У/в-39
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Каша гречневая с маслом(сад)</b> <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-189, Белки-10, Жиры-15, У/в-38
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-79, У/в-7
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-367, Белки-13, Жиры-16, У/в-57
<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>		
140	<b>Омлет (ясли)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-191, Белки-12, Жиры-10, У/в-34
30	<b>Батон (ясли)</b>	ККал-53, Белки-2, У/в-18
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-293, Белки-14, Жиры-10, У/в-66
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-14
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-14
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Огурец соленый (ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Суп картофельный с горохом и гренками на бульоне из шеек индейки(ясли)</b> <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-89, Белки-4, Жиры-7, У/в-14
60	<b>Котлета из говядины с добавл.курин.филе (ясли)</b> <i>Говядина (бескостная), Филе цыплят бройлеров, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-155, Белки-5, Жиры-5, У/в-6
120	<b>Пюре картофельное(ясли)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-103, Белки-3, Жиры-5, У/в-14
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из свежих яблок(ясли)</b> <i>Яблоки, Витамин С, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-74, У/в-19
<b>Итого за Обед</b>		ККал-473, Белки-15, Жиры-17, У/в-63
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Гренки (ясли)</b> <i>Батон, Масло сливочное</i>	ККал-97, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-96, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-193, Белки-4, Жиры-6, У/в-18
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Каша гречневая с маслом(ясли)</b> <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-234, Белки-7, Жиры-11, У/в-17
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-355, Белки-9, Жиры-13, У/в-41
<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>		
180	<b>Каша геркулесовая вязкая(сад)</b> <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-193, Белки-10, Жиры-5, У/в-21
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-130, Белки-4, Жиры-8, У/в-26
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-61, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-384, Белки-16, Жиры-15, У/в-66
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-158, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Икра домашняя (сад)</b>	ККал-136, Белки-1, Жиры-5, У/в-22
180	<b>Суп с мясными фрикадельками(сад)</b> <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-160, Белки-7, Жиры-5, У/в-20
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-9, Жиры-20, У/в-30
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из ягод ( сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-723, Белки-20, Жиры-32, У/в-99
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Каша пшениная (сад)</b> <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-203, Белки-11, Жиры-6, У/в-20
80	<b>Пирог насыпной песочный творожный (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-194, Белки-5, Жиры-7, У/в-37
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-25
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-535, Белки-16, Жиры-13, У/в-82
<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>		
150	<b>Каша геркулесовая молочная(ясли)</b> <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-145, Белки-6, Жиры-5, У/в-21
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-127, Белки-5, Жиры-3, У/в-14
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-340, Белки-12, Жиры-12, У/в-46
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-24
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-24
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Икра домашняя (ясли)</b>	ККал-94, Белки-1, Жиры-4, У/в-26
150	<b>Суп с мясными фрикадельками(ясли)</b> <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста</i>	ККал-114, Белки-6, Жиры-6, 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-215, Белки-11, Жиры-14, У/в-26
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из ягод (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
<b>Итого за Обед</b>		ККал-518, Белки-19, Жиры-25, У/в-86
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Каша пшенная (ясли)</b> <i>Крупа пшенная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-136, Белки-5, Жиры-6, У/в-22
70	<b>Пирог насыпной песочный творожный (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-169, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-152, У/в-9
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-456, Белки-11, Жиры-11, У/в-46
<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>		
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад)</b> <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-157, Белки-14, Жиры-6, У/в-17
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-130, Белки-4, Жиры-8, У/в-26
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-79, У/в-7
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-366, Белки-18, Жиры-14, У/в-50
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-92, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-92, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Помидор соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
180	<b>Суп с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (сад)</b> <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-116, Белки-5, Жиры-9, У/в-6
80	<b>Тефтели (сад)</b> <i>Говядина (бескостная), Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-169, Белки-6, Жиры-10, У/в-12
150	<b>Пюре картофельное(сад)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-170, Белки-5, Жиры-7, У/в-14
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из сухофруктов(сад)</b> <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-103, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-654, Белки-21, Жиры-30, У/в-66
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Пряник (сад)</b>	ККал-176, Белки-2, Жиры-8, У/в-37
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-25
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-314, Белки-2, Жиры-8, У/в-62
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Запеканка творожная с мармеладом (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-125, Белки-9, Жиры-6, У/в-29
50	<b>Повидло (сад)</b>	ККал-71, У/в-21
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-79, У/в-7
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-374, Белки-12, Жиры-8, У/в-68
<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>		
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли)</b> <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-176, Белки-8, Жиры-6, У/в-16
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-127, Белки-5, Жиры-3, У/в-14
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-352, Белки-13, Жиры-9, У/в-44
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-24
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-24
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Помидор соленый(ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Суп с макаронными изделиями на бульоне из шеек индеек (ясли)</b> <i>Шейка индеек, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода</i>	ККал-130, Белки-3, Жиры-7, У/в-8
60	<b>Тефтели (ясли)</b> <i>Говядина (бескостная), Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-131, Белки-8, Жиры-9, У/в-10
120	<b>Пюре картофельное(ясли)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-103, Белки-3, Жиры-5, У/в-14
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из сухофруктов(ясли)</b> <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-481, Белки-17, Жиры-24, У/в-60
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Пряник(ясли)</b>	ККал-112, Белки-2, Жиры-8, У/в-17
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-192, Белки-2, Жиры-8, У/в-26
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Запеканка творожная с мармеладом(ясли)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-118, Белки-8, Жиры-3, У/в-12
40	<b>Повидло (ясли)</b>	ККал-50, У/в-14
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-290, Белки-9, Жиры-5, У/в-50
<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>		
180	<b>Суп молочный рисовый (сад)</b> <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-176, Белки-5, Жиры-7, У/в-36
30/10	<b>Батон с сыром (сад)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-102, Белки-4, Жиры-6, У/в-13
200	<b>Какао на молоке(сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Жиры-1, У/в-29
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-372, Белки-9, Жиры-14, У/в-78
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Йогурт (сад)</b>	ККал-132, Белки-6, Жиры-6, У/в-6
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-132, Белки-6, Жиры-6, У/в-6
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат "Весенний"(сад)</b> <i>Картофель, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло Растительное</i>	ККал-62, Белки-1, Жиры-3, У/в-7
180	<b>Щи из свежей капусты на бульоне из куриной грудки(сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Грудка кур, Сметана</i>	ККал-156, Белки-4, Жиры-6, У/в-14
200	<b>Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад)</b> <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-240, Белки-6, Жиры-13, У/в-44
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из ягод ( сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-676, Белки-15, Жиры-24, У/в-92
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка с маком (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-44, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-202, Белки-8, Жиры-4, У/в-39
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Каша пшениная (сад)</b> <i>Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-183, Белки-6, Жиры-6, У/в-18
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-417, Белки-16, Жиры-12, У/в-46
<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>		
150	<b>Суп молочный рисовый (ясли)</b> <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-4, Жиры-3, У/в-24
20/10	<b>Батон с сыром (ясли)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-4, У/в-18
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-2, Жиры-5, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-341, Белки-8, Жиры-12, У/в-52
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Йогурт (ясли)</b>	ККал-122, Белки-2, Жиры-6, У/в-6
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-122, Белки-2, Жиры-6, У/в-6
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Салат "Весенний"(ясли)</b> <i>Картофель, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло Растительное</i>	ККал-40, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
150	<b>Щи из свежей капусты на бульоне из куриной грудки(ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Грудка кур, Сметана</i>	ККал-125, Белки-4, Жиры-2, У/в-16
160	<b>Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли)</b> <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная</i>	ККал-185, Белки-8, Жиры-8, У/в-29
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из ягод (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
<b>Итого за Обед</b>		ККал-445, Белки-15, Жиры-13, У/в-74
<b><u>Полдник</u></b>		
60	<b>Булочка с маком (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-96, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-209, Белки-6, Жиры-5, У/в-30
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Каша пшеничная (ясли)</b> <i>Крупа пшеничная, *Вода, Молоко, Соль йодированная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-113, Белки-5, Жиры-4, У/в-19
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-284, Белки-12, Жиры-11, У/в-41
<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>		
160	<b>Омлет (сад)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-151, Белки-12, Жиры-13, У/в-28
40	<b>Батон (сад)</b>	ККал-105, Белки-1, У/в-27
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-129, У/в-7
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-385, Белки-13, Жиры-13, У/в-62
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат "Свеколка"(сад)</b> <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-125, Белки-1, У/в-24
180	<b>Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(сад)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-175, Белки-5, Жиры-10, У/в-10
200	<b>Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад)</b> <i>Печень говяжья, Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-215, Белки-14, Жиры-10, У/в-24
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-55, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-660, Белки-22, Жиры-22, У/в-90
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Пряник (сад)</b>	ККал-176, Белки-2, Жиры-8, У/в-37
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-44, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-220, Белки-6, Жиры-9, У/в-48
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-182, Белки-5, Жиры-12, У/в-15
50	<b>Огурец соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-397, Белки-11, Жиры-16, У/в-46
<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>		
140	<b>Омлет (ясли)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-191, Белки-12, Жиры-10, У/в-24
30	<b>Батон (ясли)</b>	ККал-53, Белки-2, У/в-18
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-293, Белки-14, Жиры-10, У/в-56
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-24
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-24
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Салат "Свеколка"(ясли)</b> <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-8
150	<b>Борщ из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной(ясли)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-155, Белки-4, Жиры-5, У/в-14
160	<b>Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли)</b> <i>Печень говяжья, Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-188, Белки-9, Жиры-11, У/в-17
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-48, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-509, Белки-15, Жиры-17, У/в-62
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Пряник(ясли)</b>	ККал-112, Белки-2, Жиры-8, У/в-17
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-96, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-208, Белки-5, Жиры-11, У/в-24
<b><u>Ужин</u></b>		
120	<b>Макаронны отварные с маслом сливочным (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-159, Белки-5, Жиры-4, У/в-14
30	<b>Огурец соленый (ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-303, Белки-8, Жиры-9, У/в-36
<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)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

180 **Каша геркулесовая  
молочная(сад)** ККал-194, Белки-12, Жиры-9, У/в-21  
*Крупа геркулес, \*Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)*

30/10 **Батон с маслом(сад)** ККал-130, Белки-4, Жиры-8, У/в-26  
*Масло сливочное, Батон*

200 **Какао на молоке(сад)** ККал-94, Жиры-1, У/в-29  
*Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, \*Вода*

**Итого за Завтрак1** ККал-418, Белки-17, Жиры-17, У/в-76

**Завтрак2****Салат**

100 **"Фруктовый" Апельсин/яблоко  
и (сад)** ККал-188, Белки-1, Жиры-1, У/в-38  
*Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное*

**Итого за Завтрак2** ККал-188, Белки-1, Жиры-1, У/в-38

**Обед**

60 **Салат "Зимний" (сад)** ККал-116, Белки-3, Жиры-3, У/в-14  
*Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло Растительное, Картофель*

180 **Суп рыбный (сад)** ККал-161, Белки-6, Жиры-7, У/в-16  
*Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Крупа пшеничная, \*Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста*

200 **Суфле из филе индейки (сад)** ККал-189, Белки-7, Жиры-5, У/в-24  
*Индейка (филе), Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Крупа манная, Крупа рисовая, Морковь, Филе цыплят бройлеров*

50 **Хлеб ржаной(сад)** ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14

180 **Компот из сухофруктов(сад)** ККал-103, Белки-2, Жиры-2, У/в-18  
*Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, \*Вода*

**Итого за Обед** ККал-661, Белки-21, Жиры-19, У/в-85

**Полдник**

80 **Ватрушка с творогом (сад)** ККал-138, Белки-6, Жиры-8, У/в-13  
*Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная*

180 **Кефир (сад)** ККал-90, Белки-1, Жиры-5, У/в-5

**Итого за Полдник** ККал-228, Белки-7, Жиры-13, У/в-18

**Ужин**

200 **Рагу овощное (сад)** ККал-125, Белки-5, Жиры-8, У/в-17  
*Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная*

50 **Хлеб пшеничный (сад)** ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12

200 **Чай сладкий с лимоном (сад)** ККал-81, У/в-15  
*Чай черный байховый, Сахар (песок), Лимон, \*Вода*

**Итого за Ужин** ККал-305, Белки-9, Жиры-10, У/в-44

**Итого за** ККал-1 800, Белки-54, Жиры-60, У/в-261

**(ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
150	<b>Каша геркулесовая молочная(ясли)</b> <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-145, Белки-6, Жиры-5, У/в-21
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-127, Белки-5, Жиры-3, У/в-14
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-2, Жиры-5, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-337, Белки-14, Жиры-13, У/в-45
<b><u>Завтрак2</u></b>		
<b>Салат</b>		
100	<b>"Фруктовый" Апельсин/яблоко о (ясли)</b> <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Салат "Зимний" (ясли)</b> <i>Морковь, Огурцы консервированные, Лук репчатый, Горошек зеленый консерв., Масло Растительное, Картофель</i>	ККал-150, Белки-4, Жиры-7, У/в-26
150	<b>Суп рыбный(ясли)</b> <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшеничная, *Вода, Лавровый лист, Томат-паста</i>	ККал-130, Белки-5, Жиры-5, У/в-14
160	<b>Суфле из филе индейки (ясли)</b> <i>Индейка (филе), Молоко, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Крупа манная, Крупа рисовая, Морковь, Филе цыплят бройлеров</i>	ККал-127, Белки-6, Жиры-4, У/в-22
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из сухофруктов(ясли)</b> <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-519, Белки-18, Жиры-18, У/в-90
<b><u>Полдник</u></b>		
60	<b>Ватрушка с творогом (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Молоко, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Творог, Соль йодированная</i>	ККал-132, Белки-5, Жиры-7, У/в-11
150	<b>Кефир (ясли)</b>	ККал-75, Белки-1, Жиры-4, У/в-8
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-207, Белки-6, Жиры-11, У/в-19
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Рагу овощное (ясли)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-131, Белки-2, Жиры-2, У/в-10
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-248, Белки-4, Жиры-4, У/в-31
<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>		
180	<b>Каша "Дружба"(сад)</b> <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-165, Белки-5, Жиры-11, У/в-30
45	<b>Батон с маслом и сыром(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-119, Белки-5, Жиры-6, У/в-19
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-395, Белки-13, Жиры-19, У/в-67
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Оладьи (сад)</b> <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи пресованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-80, Белки-2, Жиры-4, У/в-6
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-80, Белки-2, Жиры-4, У/в-6
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Икра домашняя (сад)</b>	ККал-136, Белки-1, Жиры-5, У/в-22
180	<b>Суп с мясными фрикадельками(сад)</b> <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Морковь, Яйцо, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста</i>	ККал-160, Белки-5, Жиры-5, У/в-10
200	<b>Рыба, запеченная в омлете(сад)</b> <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-177, Белки-9, Жиры-5, У/в-10
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-55, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-618, Белки-18, Жиры-18, У/в-75
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка домашняя (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное</i>	ККал-131, Белки-3, Жиры-6, У/в-26
180	<b>Ряженка (сад)</b>	ККал-110, Белки-5, Жиры-5, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-241, Белки-8, Жиры-10, У/в-33
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Запеканка творожная с изюмом (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-216, Белки-10, Жиры-8, У/в-33
50	<b>Повидло (сад)</b>	ККал-71, У/в-21
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-467, Белки-13, Жиры-10, У/в-81
<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>		
150	<b>Каша "Дружба"(ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-123, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
35	<b>Батон с маслом и сыром (ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-96, Белки-4, Жиры-5, У/в-15
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-287, Белки-9, Жиры-16, У/в-37
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Оладьи (ясли)</b> <i>Молоко, Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Яйцо, Дрожжи прессованные, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-104, Белки-2, Жиры-1, У/в-9
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-104, Белки-2, Жиры-1, У/в-9
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Икра домашняя (ясли)</b>	ККал-94, Белки-1, Жиры-4, У/в-18
150	<b>Суп с мясными фрикадельками(ясли)</b> <i>Картофель, Лук репчатый, *Вода, Масло Растительное, Яйцо, Морковь, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста</i>	ККал-114, Белки-4, Жиры-6, У/в-16
180	<b>Рыба, запеченная в омлете (ясли)</b> <i>Молоко, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Рыба, Соль йодированная</i>	ККал-186, Белки-9, Жиры-5, У/в-12
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-48, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-491, Белки-16, Жиры-15, У/в-69
<b><u>Полдник</u></b>		
60	<b>Булочка домашняя (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное</i>	ККал-119, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
150	<b>Ряженка (ясли)</b>	ККал-75, Белки-3, Жиры-4, У/в-6
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-194, Белки-5, Жиры-6, У/в-22
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Запеканка творожная с изюмом(ясли)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-157, Белки-9, Жиры-6, У/в-25
40	<b>Повидло (ясли)</b>	ККал-50, У/в-20
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-323, Белки-10, Жиры-8, У/в-66
<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>		
180	<b>Каша "Дружба"(сад)</b> <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-165, Белки-5, Жиры-6, У/в-11
45	<b>Батон с маслом и сыром(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-119, Белки-5, Жиры-6, У/в-19
200	<b>Какао на молоке(сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Жиры-1, У/в-29
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-378, Белки-11, Жиры-12, У/в-58
<b><u>Завтрак2</u></b>		
<b>Салат</b>		
100	<b>"Фруктовый" Апельсин/яблоко и (сад)</b> <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Кукуруза консервированная (сад)</b>	ККал-40, Белки-4, Жиры-3, У/в-15
180	<b>Суп крестьянский со сметаной (сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода, Соль йодированная, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-71, Белки-2, Жиры-3, У/в-8
80	<b>Зразы рубленые (сад)</b> <i>Говядина (бескостная), Филе цыплят бройлеров, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Хлеб белый, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-134, Белки-6, Жиры-7, У/в-11
150	<b>Макаронные изделия отварные с маслом сливочным (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-132, Белки-5, Жиры-7, У/в-15
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из сухофруктов(сад)</b> <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-103, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Обед</b>		ККал-570, Белки-22, Жиры-24, У/в-82
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Пряник (сад)</b>	ККал-172, Белки-2, Жиры-8, У/в-17
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-44, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-216, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Запеканка творожная с изюмом (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-170, Белки-9, Жиры-8, У/в-33
50	<b>Молоко сгущенное (сад)</b>	ККал-117, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-129, У/в-7
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-515, Белки-13, Жиры-13, У/в-75
<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>		
150	<b>Каша "Дружба"(ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Крупа пшениная, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная</i>	ККал-123, Белки-3, Жиры-5, У/в-11
35	<b>Батон с маслом и сыром (ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-96, Белки-3, Жиры-5, У/в-11
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-5, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-284, Белки-7, Жиры-14, У/в-31
<b><u>Завтрак2</u></b>		
<b>Салат</b>		
100	<b>"Фруктовый" Апельсин/яблоко (ясли)</b> <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Кукуруза консервированная (ясли)</b>	ККал-89, Белки-4, Жиры-2, У/в-16
150	<b>Суп крестьянский со сметаной (ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода, Соль йодированная, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-59, Белки-1, Жиры-3, У/в-7
60	<b>Зразы рубленые (ясли)</b> <i>Говядина (бескостная), Филе цыплят бройлеров, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Молоко, Хлеб белый, Лук репчатый, Яйцо</i>	ККал-111, Белки-5, Жиры-4, У/в-17
120	<b>Макаронные изделия с маслом сливочным (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-135, Белки-2, Жиры-4, У/в-14
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из сухофруктов(ясли)</b> <i>Сахар (песок), Витамин С, Сухофрукты, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-2, У/в-17
<b>Итого за Обед</b>		ККал-507, Белки-15, Жиры-15, У/в-82
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Пряник(ясли)</b>	ККал-112, Белки-2, Жиры-4, У/в-11
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-96, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-208, Белки-5, Жиры-7, У/в-18
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Запеканка творожная с изюмом(ясли)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-157, Белки-9, Жиры-6, У/в-25
40	<b>Молоко сгущенное (ясли)</b>	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-312, Белки-12, Жиры-10, У/в-53
<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>		
180	<b>Каша манная (сад)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-135, Белки-6, Жиры-10, У/в-16
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-130, Белки-4, Жиры-8, У/в-26
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-376, Белки-12, Жиры-20, У/в-60
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Капуста квашеная (сад)</b> <i>Капуста квашеная, Масло Растительное</i>	ККал-5, У/в-9
180	<b>Суп с клецками со сметаной на бульоне из шеек индейки (сад)</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана, Масло Растительное, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо, Шейка индеек, Томат-паста</i>	ККал-103, Белки-5, Жиры-3, У/в-14
200	<b>Рулет картофельный с мясом (филе кур.)(сад)</b> <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Филе цыплят бройлеров, сердце говяжье</i>	ККал-230, Белки-9, Жиры-13, У/в-17
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из ягод ( сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные, Клюква</i>	ККал-128, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-556, Белки-16, Жиры-18, У/в-66
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Булочка с корицей</b> <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-154, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-25
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-292, Белки-3, Жиры-4, У/в-53
<b><u>Ужин</u></b>		
80	<b>Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (сад)</b> <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Яблоки</i>	ККал-76, Белки-13, Жиры-10, У/в-23
150/5	<b>Рис отварной (сад)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-181, Белки-5, Жиры-6, У/в-17
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-437, Белки-22, Жиры-18, У/в-67
<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>		
150	<b>Каша манная (ясли)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-120, Белки-6, Жиры-9, У/в-11
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-127, Белки-5, Жиры-3, У/в-14
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-315, Белки-12, Жиры-16, У/в-36
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-24
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-24
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Капуста квашеная (ясли)</b> <i>Капуста квашеная, Масло Растительное</i>	ККал-38, Белки-1, Жиры-3, У/в-8
150	<b>Суп с клецками со сметаной на бульоне из шеек индейки(ясли)</b> <i>Картофель, Морковь, Шейка индеек, Лук репчатый, Сметана, Масло Растительное, Томат-паста, Мука пшеничная, Соль йодированная, *Вода, Яйцо</i>	ККал-165, Белки-4, Жиры-7, У/в-18
141	<b>Рулет картофельный с мясом (филе кур.)(ясли)</b> <i>Картофель, Масло Растительное, Масло сливочное, Соль йодированная, Яйцо, Лук репчатый, Морковь, Филе цыплят бройлеров, сердце говяжье</i>	ККал-218, Белки-5, Жиры-6, У/в-15
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из ягод (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные, Клюква</i>	ККал-46, У/в-8
<b>Итого за Обед</b>		ККал-515, Белки-12, Жиры-16, У/в-60
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Булочка с корицей</b> <i>Мука пшеничная, Масло сливочное, Масло Растительное, Молоко, Сахар (песок), Яйцо, Соль йодированная, *Вода, Корица, Дрожжи сухие</i>	ККал-154, Белки-3, Жиры-4, У/в-28
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-234, Белки-3, Жиры-4, У/в-37
<b><u>Ужин</u></b>		
60	<b>Рыба фаршированная овощами в томатном соусе (ясли)</b> <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Яблоки, Томат-паста</i>	ККал-44, Белки-11, Жиры-7, У/в-11
120/4	<b>Рис отварной(ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-90, Белки-2, Жиры-3, У/в-14
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-250, Белки-15, Жиры-12, У/в-46
<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>		
160	<b>Омлет (сад)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-191, Белки-12, Жиры-13, У/в-28
40	<b>Батон (сад)</b>	ККал-115, Белки-1, У/в-27
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-129, У/в-7
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-435, Белки-13, Жиры-13, У/в-62
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Помидор соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
150	<b>Суп с вермишелью и яйцом на бульоне из куриной грудки(сад)</b> <i>Макаронные изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Яйцо</i>	ККал-144, Белки-7, Жиры-10, У/в-30
200	<b>Плов с куриной грудкой(сад)</b> <i>Крупа рисовая, Масло Растительное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная, Масло сливочное, Грудка кур, *Вода</i>	ККал-281, Белки-16, Жиры-14, У/в-40
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-618, Белки-26, Жиры-26, У/в-103
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Пряник (сад)</b>	ККал-172, Белки-2, Жиры-8, У/в-17
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-266, Белки-6, Жиры-9, У/в-28
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Овощное ассорти (сад)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-163, Белки-4, Жиры-10, У/в-26
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-343, Белки-8, Жиры-12, У/в-53
<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>		
140	<b>Омлет (ясли)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-191, Белки-12, Жиры-10, У/в-24
30	<b>Батон (ясли)</b>	ККал-53, Белки-2, У/в-18
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-293, Белки-14, Жиры-10, У/в-56
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-24
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-24
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Помидор соленый(ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Суп с вермишелью и яйцом на бульоне из куриной грудки(ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Картофель, Масло Растительное, *Вода, Яйцо</i>	ККал-146, Белки-3, Жиры-5, У/в-10
180	<b>Плов с куриной грудкой(ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Масло Растительное, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Грудка кур, Соль йодированная</i>	ККал-214, Белки-14, Жиры-16, У/в-22
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-48, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-460, Белки-19, Жиры-22, У/в-56
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Зефир</b>	ККал-151, Белки-1, У/в-21
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-96, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-247, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Овощное ассорти (ясли)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Масло Растительное, Томат-паста, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-198, Белки-3, Жиры-11, У/в-18
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-314, Белки-4, Жиры-13, У/в-39
<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>		
200	<b>Суп молочный с макаронными изделиями(сад)</b> <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-101, Белки-4, Жиры-5, У/в-19
30/10	<b>Батон с сыром (сад)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-102, Белки-4, Жиры-6, У/в-13
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
200	<b>Какао на молоке(сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Жиры-1, У/в-29
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-351, Белки-14, Жиры-17, У/в-62
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Винегрет овощной(сад)</b> <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная</i>	ККал-121, Белки-3, Жиры-2, У/в-21
180	<b>Суп рыбный (сад)</b> <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Крупа пшеничная, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная</i>	ККал-141, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
80	<b>Гуляш из печени (сад)</b> <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-129, Белки-8, Жиры-13, У/в-12
150	<b>Пюре картофельное(сад)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-170, Белки-5, Жиры-7, У/в-17
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из ягод ( сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-780, Белки-25, Жиры-28, У/в-91
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Пирог насыпной песочный творожный (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-104, Белки-5, Жиры-7, У/в-37
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-198, Белки-9, Жиры-8, У/в-48
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Каша гороховая (сад)</b> <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-101, Белки-2, Жиры-6, У/в-25
50	<b>Огурец соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-129, У/в-7
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-334, Белки-6, Жиры-8, У/в-45
<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>		
180	<b>Суп молочный с макаронными изделиями(ясли)</b> <i>Макаронные изделия, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-111, Белки-3, Жиры-3, У/в-12
20/10	<b>Батон с сыром (ясли)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-4, У/в-18
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-5, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-342, Белки-12, Жиры-17, У/в-41
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-24
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-24
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Винегрет овощной(ясли)</b> <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло Растительное, Огурцы соленые, Капуста квашенная</i>	ККал-102, Белки-1, Жиры-4, У/в-7
150	<b>Суп рыбный(ясли)</b> <i>Рыба, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа пшеничная, *Вода, Лавровый лист</i>	ККал-110, Белки-3, Жиры-4, У/в-14
60	<b>Гуляш из печени (ясли)</b> <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-115, Белки-7, Жиры-6, У/в-11
120	<b>Пюре картофельное(ясли)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-103, Белки-3, Жиры-4, У/в-14
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из ягод (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
<b>Итого за Обед</b>		ККал-524, Белки-16, Жиры-19, У/в-64
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Пирог насыпной песочный творожный (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-108, Белки-6, Жиры-4, У/в-16
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-173, Белки-9, Жиры-7, У/в-23
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Каша гороховая (ясли)</b> <i>Горох сухой, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-148, Белки-3, Жиры-3, У/в-25
40	<b>Огурец соленый (ясли)</b>	ККал-5, У/в-1
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-274, Белки-4, Жиры-5, У/в-50
<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>		
180	<b>Каша "Нежность"(сад)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Овсяные хлопья -Геркулес-, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-200, Белки-6, Жиры-8, У/в-16
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-130, Белки-4, Жиры-8, У/в-16
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-441, Белки-12, Жиры-18, У/в-50
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Яблоки(сад)</b>	ККал-58, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-58, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат "Свеколка"(сад)</b> <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-125, Белки-1, У/в-24
180	<b>Щи из квашеной капусты со сметаной на бульоне из шеек индейки(сад)</b> <i>Капуста квашенная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Сметана</i>	ККал-115, Белки-5, Жиры-8, У/в-10
80	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами (сад)</b> <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло Растительное, Сметана</i>	ККал-108, Белки-12, Жиры-12, У/в-6
150/5	<b>Рис отварной (сад)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-121, Белки-5, Жиры-7, У/в-17
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-657, Белки-26, Жиры-28, У/в-89
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка домашняя (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное</i>	ККал-131, Белки-3, Жиры-6, У/в-16
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-269, Белки-3, Жиры-6, У/в-31
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Запеканка творожная с мармеладом (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-125, Белки-9, Жиры-6, У/в-29
50	<b>Повидло (сад)</b>	ККал-71, У/в-21
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-376, Белки-12, Жиры-8, У/в-77
<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>		
150	<b>Каша "Нежность"(ясли)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Овсяные хлопья -Геркулес-, Соль йодированная</i>	ККал-185, Белки-6, Жиры-7, У/в-24
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-127, Белки-5, Жиры-8, У/в-14
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-380, Белки-12, Жиры-19, У/в-49
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Яблоки(ясли)</b>	ККал-43, У/в-11
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-43, У/в-11
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Салат "Свеколка"(ясли)</b> <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-8
150	<b>Щи из квашеной капусты со сметаной на бульоне из шеек индейки(ясли)</b> <i>Капуста квашенная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Сметана</i>	ККал-103, Белки-3, Жиры-7, У/в-13
60	<b>Рыба, тушеная в томате с овощами (ясли)</b> <i>Рыба, *Вода, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло Растительное, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-105, Белки-6, Жиры-4, У/в-9
120/4	<b>Рис отварной(ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-119, Белки-6, Жиры-9, У/в-13
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-48, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-493, Белки-18, Жиры-20, У/в-65
<b><u>Полдник</u></b>		
60	<b>Булочка домашняя (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное</i>	ККал-119, Белки-2, Жиры-3, У/в-16
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-199, Белки-2, Жиры-3, У/в-25
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Запеканка творожная с мармеладом(ясли)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-118, Белки-8, Жиры-3, У/в-12
40	<b>Повидло (ясли)</b>	ККал-50, У/в-20
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-285, Белки-9, Жиры-5, У/в-53
<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>		
180	<b>Каша геркулесовая молочная(сад)</b> <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-184, Белки-7, Жиры-9, У/в-21
30/10	<b>Батон с сыром (сад)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-102, Белки-4, Жиры-6, У/в-13
200	<b>Какао на молоке(сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Жиры-1, У/в-29
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-380, Белки-11, Жиры-15, У/в-63
<b><u>Завтрак2</u></b>		
<b>Салат</b>		
100	<b>"Фруктовый" Апельсин/яблоко и (сад)</b> <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-121, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Огурец соленый (сад)</b>	ККал-5, У/в-1
180	<b>Рассольник на бульоне из шеек индеек со сметаной(сад)</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек</i>	ККал-130, Белки-6, Жиры-6, У/в-28
80	<b>Тефтели (сад)</b> <i>Говядина (бескостная), Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-169, Белки-6, Жиры-9, У/в-12
150	<b>Пюре картофельное(сад)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-170, Белки-5, Жиры-7, У/в-17
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-662, Белки-20, Жиры-24, У/в-90
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-51, Белки-1, Жиры-2, У/в-16
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-254, Белки-5, Жиры-9, У/в-44
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(сад)</b> <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-175, Белки-12, Жиры-6, У/в-19
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Чай с сахаром на молоке(сад)</b> <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-383, Белки-17, Жиры-11, У/в-46
<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>		
150	<b>Каша геркулесовая молочная(ясли)</b> <i>Крупа геркулес, *Вода, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок)</i>	ККал-108, Белки-6, Жиры-3, У/в-18
20/10	<b>Батон с сыром (ясли)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-3, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-285, Белки-9, Жиры-8, У/в-46
<b><u>Завтрак2</u></b>		
<b>Салат</b>		
100	<b>"Фруктовый" Апельсин/яблоко о (ясли)</b> <i>Апельсины, Яблоки, Молоко сгущенное</i>	ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-89, Белки-1, Жиры-1, У/в-18
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Огурец соленый (ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Рассольник на бульоне из шеек индеек со сметаной(ясли)</b> <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, *Вода, Сметана, Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа перловая, Шейка индеек</i>	ККал-122, Белки-5, Жиры-8, У/в-10
60	<b>Тефтели (ясли)</b> <i>Говядина (бескостная), Крупа рисовая, Лук репчатый, *Вода, Мука пшеничная, Масло сливочное, Соль йодированная, Филе цыплят бройлеров, Томат-паста, Сахар (песок)</i>	ККал-131, Белки-8, Жиры-6, У/в-10
120	<b>Пюре картофельное(ясли)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-103, Белки-3, Жиры-4, У/в-14
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-48, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-457, Белки-18, Жиры-19, У/в-58
<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-1, 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-3, Жиры-8, У/в-40
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом(ясли)</b> <i>Крупа гречневая, *Вода, Масло сливочное, Соль йодированная, Сахар (песок)</i>	ККал-211, Белки-6, Жиры-8, У/в-19
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром на молоке(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-78, Белки-2, Жиры-2, У/в-13
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-362, Белки-10, Жиры-11, У/в-42
<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>		
180	<b>Каша рисовая молочная (сад)</b> <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-138, Белки-3, Жиры-11, У/в-16
30/10	<b>Батон с маслом(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-100, Белки-4, Жиры-8, У/в-11
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-349, Белки-9, Жиры-21, У/в-45
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок(сад)</b>	ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-138, Белки-1, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат "Свеколка"(сад)</b> <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-125, Белки-1, У/в-24
180	<b>Суп с макаронными изделиями на курином бульоне со сметаной (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Морковь, Соль йодированная, Лук репчатый, Масло Растительное, *Вода, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-125, Белки-10, Жиры-7, У/в-20
200	<b>Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (сад)</b> <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томат-паста, Соль йодированная</i>	ККал-164, Белки-6, Жиры-13, У/в-19
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из черноплодной рябины (сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-93, У/в-13
<b>Итого за Обед</b>		ККал-597, Белки-21, Жиры-22, У/в-91
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Булочка с маком (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-159, Белки-4, Жиры-3, У/в-28
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-252, Белки-8, Жиры-4, У/в-39
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Запеканка творожная с изюмом (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-226, Белки-12, Жиры-11, У/в-44
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-464, Белки-15, Жиры-13, У/в-72
<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>		
150	<b>Каша рисовая молочная (ясли)</b> <i>Крупа рисовая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-143, Белки-4, Жиры-7, У/в-11
20/10	<b>Батон с маслом(ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-97, Белки-5, Жиры-8, У/в-14
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-308, Белки-10, Жиры-19, У/в-36
<b><u>Завтрак2</u></b>		
150	<b>Сок (ясли)</b>	ККал-86, У/в-24
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-86, У/в-24
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Салат "Свеколка"(ясли)</b> <i>Свекла, Масло Растительное, Соль йодированная, Лук репчатый</i>	ККал-70, Белки-1, У/в-8
150	<b>Суп с макаронными изделиями на курином бульоне со сметаной (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Морковь, Лук репчатый, Соль йодированная, Масло Растительное, *Вода, Сметана, Томат-паста</i>	ККал-126, Белки-4, Жиры-4, У/в-10
160	<b>Жаркое по-домашнему с кур. грудкой (ясли)</b> <i>Картофель, Грудка кур, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная</i>	ККал-155, Белки-8, Жиры-8, У/в-20
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из черноплодной рябины (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Черноплодная рябина</i>	ККал-75, У/в-13
<b>Итого за Обед</b>		ККал-474, Белки-14, Жиры-12, У/в-62
<b><u>Полдник</u></b>		
60	<b>Булочка с маком (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мак кондитерский</i>	ККал-113, Белки-2, Жиры-3, У/в-23
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-179, Белки-6, Жиры-5, У/в-30
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Запеканка творожная с изюмом(ясли)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное, Изюм</i>	ККал-202, Белки-11, Жиры-8, У/в-33
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-354, Белки-12, Жиры-10, У/в-51
<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>		
160	<b>Омлет (сад)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-178, Белки-12, Жиры-13, У/в-28
70	<b>Печенье (сад)</b>	ККал-51, Белки-1, Жиры-2, У/в-16
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-129, У/в-7
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-358, Белки-13, Жиры-15, У/в-50
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Бифилайф(сад)</b>	ККал-75, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-75, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат "Весенний"(сад)</b> <i>Картофель, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло Растительное</i>	ККал-62, Белки-1, Жиры-3, У/в-22
180	<b>Суп картофельный с горохом и зеленками на бульоне из шеек индейки (сад)</b> <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-171, Белки-8, Жиры-10, У/в-25
70	<b>Гуляш из печени (сад)</b> <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-184, Белки-7, Жиры-4, У/в-19
150/5	<b>Рис отварной (сад)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-121, Белки-5, Жиры-7, У/в-17
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из ягод ( сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-756, Белки-23, Жиры-26, У/в-109
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Гренки (сад)</b> <i>Батон, Масло сливочное</i>	ККал-174, Белки-2, Жиры-3, У/в-28
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-268, Белки-6, Жиры-4, У/в-39
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Овощное ассорти (сад)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-163, Белки-4, Жиры-10, У/в-26
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
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-343, Белки-8, Жиры-12, У/в-53
<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>		
140	<b>Омлет (ясли)</b> <i>Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная, Масло Растительное, Сыр</i>	ККал-184, Белки-9, Жиры-5, У/в-24
50	<b>Печенье (ясли)</b>	ККал-62, Белки-1, Жиры-2, У/в-20
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-295, Белки-10, Жиры-7, У/в-58
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Бифилайф(ясли)</b>	ККал-81, Белки-3, Жиры-3, У/в-6
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-81, Белки-3, Жиры-3, У/в-6
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Салат "Весенний"(ясли)</b> <i>Картофель, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло Растительное</i>	ККал-79, Белки-1, Жиры-2, У/в-15
150	<b>Суп картофельный с горохом и зеленками на бульоне из шеек индейки(ясли)</b> <i>Горох сухой, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Хлеб ржаной, *Вода, Масло Растительное, Соль йодированная, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-139, Белки-4, Жиры-7, У/в-19
60	<b>Гуляши из печени (ясли)</b> <i>Масло сливочное, Масло Растительное, Мука пшеничная, Лук репчатый, Морковь, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Печень индейки</i>	ККал-115, Белки-7, Жиры-6, У/в-11
120/4	<b>Рис отварной(ясли)</b> <i>Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-119, Белки-6, Жиры-7, У/в-18
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из ягод (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
<b>Итого за Обед</b>		ККал-547, Белки-20, Жиры-23, У/в-81
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Гренки (ясли)</b> <i>Батон, Масло сливочное</i>	ККал-97, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-163, Белки-4, Жиры-6, У/в-18
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Овощное ассорти (ясли)</b> <i>Картофель, Капуста белокочанная, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Масло Растительное, Томат-паста, Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-198, Белки-3, Жиры-6, У/в-18
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
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-314, Белки-4, Жиры-8, У/в-39
<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>		
180	<b>Каша манная (сад)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-135, Белки-6, Жиры-10, У/в-16
45	<b>Батон с маслом и сыром(сад)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-119, Белки-5, Жиры-6, У/в-19
200	<b>Какао на молоке(сад)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-94, Жиры-1, У/в-29
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-348, Белки-11, Жиры-16, У/в-63
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Бифилайф(сад)</b>	ККал-138, Жиры-1, У/в-16
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-138, Жиры-1, У/в-16
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Огурец соленый (сад)</b>	ККал-174, У/в-1
180	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной(сад)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-154, Белки-7, Жиры-5, У/в-18
200	<b>Голубцы ленивые в сметанном соусе (сад)</b> <i>Говядина (бескостная), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Яйцо, Масло сливочное, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-164, Белки-9, Жиры-16, У/в-32
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-680, Белки-19, Жиры-23, У/в-83
<b><u>Полдник</u></b>		
80	<b>Пирог насыпной песочный творожный (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-111, Белки-12, Жиры-7, У/в-37
200	<b>Кисель витаминизированный (сад)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-138, У/в-15
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-249, Белки-12, Жиры-7, У/в-52
<b><u>Ужин</u></b>		
200	<b>Макароны отварные с маслом сливочным (сад)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-176, Белки-7, Жиры-9, У/в-20
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Чай с сахаром на молоке(сад)</b> <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-109, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-384, Белки-12, Жиры-13, У/в-47
<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>		
150	<b>Каша манная (ясли)</b> <i>Крупа манная, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль йодированная, *Вода</i>	ККал-120, Белки-5, Жиры-7, У/в-19
35	<b>Батон с маслом и сыром (ясли)</b> <i>Масло сливочное, Батон, Сыр</i>	ККал-96, Белки-1, Жиры-2, У/в-25
180	<b>Какао на молоке(ясли)</b> <i>Какао-порошок, Сахар (песок), Молоко, *Вода</i>	ККал-65, Белки-1, Жиры-3, У/в-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-281, Белки-7, Жиры-12, У/в-53
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Бифилайф(ясли)</b>	ККал-75, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-75, Белки-3, Жиры-3, У/в-10
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Огурец соленый (ясли)</b>	ККал-4, У/в-1
150	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной(ясли)</b> <i>Сметана, Картофель, Капуста белокочанная, Свекла, Лук репчатый, Морковь, Масло Растительное, Соль йодированная, Томат-паста, *Вода, Шейка индеек</i>	ККал-154, Белки-6, Жиры-6, У/в-22
160	<b>Голубцы ленивые в сметанном соусе (ясли)</b> <i>Говядина (бескостная), Капуста белокочанная, Крупа рисовая, Масло сливочное, Яйцо, Соль йодированная, Лук репчатый, Филе цыплят бройлеров, Сметана, Мука пшеничная, Томат-паста</i>	ККал-188, Белки-9, Жиры-11, У/в-17
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-112, У/в-20
<b>Итого за Обед</b>		ККал-506, Белки-17, Жиры-18, У/в-71
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Пирог насыпной песочный творожный (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная, Разрыхлитель, Яйцо, Сметана, Творог</i>	ККал-105, Белки-8, Жиры-4, У/в-16
180	<b>Кисель витаминизированный (ясли)</b> <i>Концентрат киселя, *Вода</i>	ККал-80, У/в-9
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-185, Белки-8, Жиры-4, У/в-25
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Макароны отварные с маслом сливочным (ясли)</b> <i>Макаронные изделия, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	ККал-203, Белки-3, Жиры-6, У/в-21
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром на молоке(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Молоко, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-78, Белки-2, Жиры-2, У/в-13
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-353, Белки-7, Жиры-10, У/в-44
<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>		
180	<b>Суп молочный гречневый (сад)</b> <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-121, Белки-6, Жиры-6, У/в-25
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
30/10	<b>Батон с сыром (сад)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-102, Белки-4, Жиры-6, У/в-13
200	<b>Кофейный напиток(сад)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-111, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-388, Белки-18, Жиры-19, У/в-57
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Яблоки(сад)</b>	ККал-58, У/в-15
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-58, У/в-15
<b><u>Обед</u></b>		
180	<b>Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (сад)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Шейка индеек, Сметана</i>	ККал-145, Белки-3, Жиры-7, У/в-28
100	<b>Сельдь с луком с растительным маслом</b> <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло подсолнечное</i>	ККал-178, Белки-7, Жиры-8, У/в-2
150	<b>Пюре картофельное(сад)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-120, Белки-5, Жиры-7, У/в-22
50	<b>Хлеб ржаной(сад)</b>	ККал-91, Белки-2, Жиры-2, У/в-14
180	<b>Компот из ягод ( сад)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-128, У/в-12
<b>Итого за Обед</b>		ККал-661, Белки-18, Жиры-23, У/в-78
<b><u>Полдник</u></b>		
70	<b>Булочка домашняя с мармеладом (сад)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Дрожжи сухие, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-114, Белки-2, Жиры-4, У/в-23
180	<b>Молоко кипяченое(сад)</b>	ККал-94, Белки-4, Жиры-1, У/в-11
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-207, Белки-6, Жиры-5, У/в-34
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Сырники из творога (сад)</b> <i>Творог, Яйцо, Сметана, Крупа манная, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-140, Белки-7, Жиры-8, У/в-35
50	<b>Молоко сгущеное (сад)</b>	ККал-117, Белки-1, Жиры-3, У/в-23
50	<b>Хлеб пшеничный (сад)</b>	ККал-99, Белки-3, Жиры-2, У/в-12
200	<b>Чай с сахаром (сад)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-129, У/в-7
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-485, Белки-12, Жиры-13, У/в-77
<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>		
150	<b>Суп молочный гречневый (ясли)</b> <i>Крупа гречневая, *Вода, Молоко, Сахар (песок), Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-132, Белки-5, Жиры-4, У/в-26
60	<b>Яйцо вареное вкрутую</b>	ККал-54, Белки-6, Жиры-5, У/в-1
20/10	<b>Батон с сыром (ясли)</b> <i>Сыр, Батон</i>	ККал-112, Белки-2, Жиры-2, У/в-18
180	<b>Кофейный напиток(ясли)</b> <i>Молоко, Кофейный напиток, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-68, Белки-1, Жиры-3, У/в-11
<b>Итого за Завтрак1</b>		ККал-366, Белки-14, Жиры-15, У/в-56
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Яблоки(ясли)</b>	ККал-43, У/в-11
<b>Итого за Завтрак2</b>		ККал-43, У/в-11
<b><u>Обед</u></b>		
150	<b>Щи из свежей капусты на бульоне из шеек индейки со сметаной (ясли)</b> <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, *Вода, Соль йодированная, Масло Растительное, Сметана, Шейка индеек</i>	ККал-121, Белки-2, Жиры-6, У/в-15
100	<b>Сельдь с луком с маслом растительным</b> <i>Сельдь с-с, Лук репчатый, Масло Растительное</i>	ККал-106, Белки-4, Жиры-6, У/в-2
120	<b>Пюре картофельное(ясли)</b> <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ККал-143, Белки-3, Жиры-4, У/в-22
40	<b>Хлеб ржаной(ясли)</b>	ККал-48, Белки-2, У/в-11
150	<b>Компот из ягод (ясли)</b> <i>Витамин С, Сахар (песок), *Вода, Плоды и ягоды быстрозамороженные</i>	ККал-46, У/в-8
<b>Итого за Обед</b>		ККал-465, Белки-11, Жиры-17, У/в-58
<b><u>Полдник</u></b>		
50	<b>Булочка домашняя с мармеладом (ясли)</b> <i>Мука пшеничная, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Сахар (песок), Яйцо, Масло сливочное, Молоко, *Вода, Масло Растительное, Мармелад (карамель)</i>	ККал-153, Белки-2, Жиры-3, У/в-26
150	<b>Молоко кипяченое(ясли)</b>	ККал-66, Белки-3, Жиры-3, У/в-7
<b>Итого за Полдник</b>		ККал-219, Белки-6, Жиры-5, У/в-33
<b><u>Ужин</u></b>		
140	<b>Сырники из творога (ясли)</b> <i>Творог, Мука пшеничная, Яйцо, Сахар (песок), Масло Растительное, Соль йодированная, Крупа манная</i>	ККал-152, Белки-7, Жиры-7, У/в-17
40	<b>Молоко сгущеное (ясли)</b>	ККал-34, Белки-2, Жиры-2, У/в-3
40	<b>Хлеб пшеничный (ясли)</b>	ККал-73, Белки-1, Жиры-2, У/в-10
180	<b>Чай с сахаром(ясли)</b> <i>Чай черный байховый, Сахар (песок), *Вода</i>	ККал-49, У/в-14
<b>Итого за Ужин</b>		ККал-307, Белки-11, Жиры-10, У/в-45
<b>Итого за</b>		ККал-1 400, Белки-42, Жиры-47, У/в-203