

**МЕНЮ детский сад с 1-3лет(ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
130	<b>Суп молочный с вермишелью.</b> <i>молоко с маж 2,5%, вермишель, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-78, Бел-3, Жир-2, Угл-9		120
200	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-38, Угл-9		410
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-212, Бел-5, Жир-6, Угл-33		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
95	<b>Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)</b>	ЭЦ-54, Угл-8		386
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-54, Угл-8		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Суп картофельный с крупой ячневый.</b> <i>картофель, лук репчатый, морковь, крупа ячневая, масло растительное.</i>	ЭЦ-55, Бел-1, Жир-2, Угл-9		86
160	<b>Запеканка картофельная с мясом.</b> <i>картофель, свинина, масло сливочное, лук репчатый, сухари панировочные</i>	ЭЦ-207, Бел-11, Жир-8, Угл-22		308
30	<b>Салат из белокочанной капусты.</b> <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.</i>	ЭЦ-26, Жир-2, Угл-3		21
150	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-85, Угл-21		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-466, Бел-15, Жир-12, Угл-73		
<b><u>Полдник</u></b>				
130	<b>Запеканка из творога с манной крупой.</b> <i>творог, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана</i>	ЭЦ-124, Бел-9, Жир-6, Угл-9		251
10	<b>Соус молочный (сладкий).</b> <i>молоко с маж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-9, Жир-1, Угл-1		384
150	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-32, Угл-8		410
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-164, Бел-9, Жир-7, Угл-17		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-896, Бел-30, Жир-25, Угл-131		284-10

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар



**МЕНЮ детский сад с 1-3лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
130	<b>Суп молочный с крупой(рисовый).</b> <i>молоко с мдж 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-86, Бел-3, Жир-3, Угл-11		101
200	<b>Какао с молоком.</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16		416
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-290, Бел-9, Жир-10, Угл-41		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
150	<b>Сок в асортименте</b>	ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Борщ с капустой и картофелем.</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-62, Бел-1, Жир-3, Угл-8		63
50	<b>Котлеты рыбные любительские</b> <i>минтай, морковь, яйцо куриное, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-73, Бел-7, Жир-2, Угл-6		272
110	<b>Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом.</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-163, Бел-6, Жир-2, Угл-26		330
30	<b>Салат из свеклы отварной.</b> <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-28, Жир-2, Угл-3		34
150	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-85, Угл-21		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржанопшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-502, Бел-17, Жир-9, Угл-81		
<b><u>Полдник</u></b>				
50	<b>Булочка «Российская»</b> <i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, молоко с мдж 2,5%, изюм, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль поваренная, ванилин.</i>	ЭЦ-161, Бел-4, Жир-4, Угл-28		457
150	<b>Кефир</b>	ЭЦ-68, Бел-4, Жир-3, Угл-5		420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 071, Бел-35, Жир-26, Угл-167		<b>284-10</b>

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов



# МЕНЮ детский сад с 1-3лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<u>Завтрак</u>				
130	<b>Каша жидкая молочная из манной крупы.</b> <small>молоко с м.д.ж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная</small>	ЭЦ-152, Бел-4, Жир-6, Угл-20		181
200	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9		410
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-287, Бел-6, Жир-9, Угл-43		
<u>Завтрак 2</u>				
95	<b>Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)</b>	ЭЦ-54, Угл-8		386
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-54, Угл-8		
<u>Обед</u>				
150	<b>Суп картофельный вермишелевый.</b>	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-10		88
160	<b>Плов из курицы</b> <small>цыпленок-бройлер, крупа рисовая, морковь, масло растительное., лук репчатый, томат, соль йодированная</small>	ЭЦ-311, Бел-14, Жир-17, Угл-24		291
30	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-75, Угл-20		70
150	<b>Кисель из сухофруктов</b> <small>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный., кислота лимонная.</small>	ЭЦ-107, Угл-26		397
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-649, Бел-19, Жир-19, Угл-99		
<u>Полдник</u>				
50	<b>Вафли</b>	ЭЦ-177, Бел-1, Жир-2, Угл-39		330
150	<b>Какао с молоком.</b> <small>молоко с м.д.ж 2,5%, сахар, какао-порошок</small>	ЭЦ-89, Бел-3, Жир-3, Угл-13		416
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-266, Бел-4, Жир-4, Угл-52		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 255, Бел-30, Жир-33, Угл-202		<b>284-10</b>

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шатовалов  
И.Н.



**МЕНЮ детский сад с 1-3лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
130	<b>Суп молочный с овсяной крупой</b> <i>молоко с мдж 2,5%, овсянка "геркулес", масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-97, Бел-4, Жир-4, Угл-12		101
180	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14		414
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
10	<b>Сыр твердый (порциями).</b>	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		7
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-320, Бел-11, Жир-12, Угл-40		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
150	<b>Сок в асортименте</b>	ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Суп картофельный с бобовыми (горохом)</b> <i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-81, Бел-3, Жир-3, Угл-10		87
60	<b>Рыба, запеченная в сметанном соусе.</b> <i>минтай, сметана, яйцо куриное, сыр, масло растительное., мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</i>	ЭЦ-71, Бел-7, Жир-4, Угл-1		266
110	<b>Пюре картофельное с сливочным маслом.</b> <i>картофель, молоко с мдж 2,5%, масло сливочное</i>	ЭЦ-92, Бел-2, Жир-3, Угл-14		339
30	<b>Салат из моркови</b> <i>морковь, сахар</i>	ЭЦ-16, Угл-3		42
150	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-85, Угл-21		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-437, Бел-16, Жир-11, Угл-68		
<b><u>Полдник</u></b>				
50	<b>Крендель сахарный.</b> <i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, маргарин, яйцо куриное, дрожжи сушеные, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-185, Бел-4, Жир-7, Угл-28		443
150	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-32, Угл-8		410
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-217, Бел-4, Жир-7, Угл-36		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 024, Бел-31, Жир-30, Угл-156		284-10

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.



**МЕНЮ детский сад с 1-3лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
<b>Каша жидкая молочная</b>				
130	<b>пшеничная с маслом сливочным и сахаром</b> <i>молоко с мдж 2,5%, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-95, Бел-4, Жир-4, Угл-12		101
200	<b>Какао с молоком.</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, какао-порошок</i>	ЭЦ-107, Бел-4, Жир-3, Угл-16		416
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-273, Бел-10, Жир-7, Угл-42		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
150	<b>Сок в ассортименте</b>	ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Суп картофельный с клецками</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., яйцо куриное, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-52, Бел-1, Жир-2, Угл-7		91
50	<b>Котлеты,биточки,шницели рубленые.</b> <i>свинина, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное</i>	ЭЦ-200, Бел-6, Жир-16, Угл-8		299
110	<b>Каша рассыпчатая ячневая с маслом.</b> <i>крупа ячневая., масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-226, Бел-1, Жир-23, Угл-4		171
30	<b>Салат из свеклы отварной.</b> <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-28, Жир-2, Угл-3		34
150	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-85, Угл-21		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-684, Бел-11, Жир-43, Угл-62		
<b><u>Полдник</u></b>				
50	<b>Сдоба обыкновенная.</b> <i>мука пшеничная высшего сорта, сахар, масло сливочное, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль йодированная</i>	ЭЦ-141, Бел-4, Жир-2, Угл-26		449
150	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, чай черный</i>	ЭЦ-74, Бел-2, Жир-2, Угл-12		413
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-215, Бел-6, Жир-4, Угл-38		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 223, Бел-28, Жир-55, Угл-154	<b>284-10</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

И.П. Шаповалов



**МЕНЮ детский сад с 1-3лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
130	<b>Суп молочный с макаронными изделиями.</b> <i>молоко с мдж 2,5%, макароны, масло сливочное, сахар</i>	ЭЦ-94, Бел-4, Жир-3, Угл-12		100
180	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14		414
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
10	<b>Сыр твердый (порциями).</b>	ЭЦ-36, Бел-2, Жир-3		7
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-318, Бел-11, Жир-12, Угл-41		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
95	<b>Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)</b>	ЭЦ-54, Угл-8		386
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-54, Угл-8		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Борщ с капустой и картофелем.</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-62, Бел-1, Жир-3, Угл-8		63
60	<b>Рыба, тушенная с овощами</b> <i>минтай, морковь, лук репчатый, масло растительное., томат</i>	ЭЦ-61, Бел-6, Жир-3, Угл-2		261
110	<b>Картофель отварной.</b> <i>картофель, масло сливочное, соль йодированная</i>	ЭЦ-102, Бел-2, Жир-3, Угл-17		136
30	<b>Овощи соленые (огурец).</b>	ЭЦ-75, Угл-20		70
150	<b>Кисель из сухофруктов</b> <i>сахар, сухофрукты, крахмал картофельный, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-107, Угл-26		397
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-499, Бел-12, Жир-10, Угл-90		
<b><u>Полдник</u></b>				
150	<b>Запеканка из творога с манной крупой.</b> <i>творог, сахар, крупа манная, яйцо куриное, масло сливочное, сухари панировочные, сметана</i>	ЭЦ-124, Бел-9, Жир-6, Угл-9		251
10	<b>Соус молочный (сладкий).</b> <i>молоко с мдж 2,5%, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-9, Жир-1, Угл-1		384
150	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-32, Угл-8		410
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-164, Бел-9, Жир-7, Угл-17		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 035, Бел-33, Жир-28, Угл-156		<b>284-10</b>

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар



## МЕНЮ детский сад с 1-3лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
130	<b>Суп молочный с крупой(гречневый).</b> <small>молоко с мдж 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар</small>	ЭЦ-92, Бел-4, Жир-4, Угл-11		101
200	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <small>сахар, чай черный</small>	ЭЦ-38, Угл-9		410
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-227, Бел-6, Жир-7, Угл-34		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
120	<b>Сок в асортименте</b>	ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Суп картофельный вермишелевый.</b>	ЭЦ-63, Бел-2, Жир-2, Угл-10		88
160	<b>Птица тушеная в соусе с овощами</b> <small>картофель, филе цб, морковь, лук репчатый, сметана, горошек зеленый консервы, томат, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная</small>	ЭЦ-127, Бел-12, Жир-4, Угл-4		319
30	<b>Салат из моркови</b> <small>морковь, сахар</small>	ЭЦ-16, Угл-3		42
150	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <small>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</small>	ЭЦ-85, Угл-21		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано- пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-383, Бел-17, Жир-6, Угл-57		
<b><u>Полдник</u></b>				
50	<b>Пирожки печеные из дрожжевого теста с начинкой</b> <small>мука пшеничная высшего сорта, повидло, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное.</small>	ЭЦ-111, Бел-2, Жир-1, Угл-23		437
150	<b>Кефир</b>	ЭЦ-68, Бел-4, Жир-3, Угл-5		420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-178, Бел-6, Жир-4, Угл-29		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-839, Бел-30, Жир-17, Угл-132		
			<b>284-10</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар



**МЕНЮ детский сад с 1-3лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
130	<b>Каша жидкая молочная из манной крупы .</b> <i>молоко с мдж 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар, соль йодированная</i>	ЭЦ-152, Бел-4, Жир-6, Угл-20		181
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко с мдж 2,5%, сахар, кофейный напиток</i>	ЭЦ-91, Бел-3, Жир-2, Угл-14		414
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-340, Бел-9, Жир-12, Угл-48		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
95	<b>Фрукты свежие(Яблоки красн-зелен)</b>	ЭЦ-54, Угл-8		386
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-54, Угл-8		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Суп картофельный рыбный</b> <i>картофель, минтай, лук репчатый, морковь, томат, масло растительное., яйцо куриное, соль йодированная</i>	ЭЦ-67, Бел-3, Жир-2, Угл-9		90,01
60	<b>Тефтели мясные с соусом (2-й вариант)</b> <i>свинина, сметана, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, томат, крупа рисовая, масло сливочное</i>	ЭЦ-80, Бел-4, Жир-5, Угл-5		304
110	<b>Каша пшеничная рассыпчатая с сливочным маслом.</b> <i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>	ЭЦ-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26		330
30	<b>Салат из белокочанной капусты.</b> <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, сахар, масло растительное., кислота лимонная.</i>	ЭЦ-26, Жир-2, Угл-3		21
150	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-85, Угл-21		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-498, Бел-15, Жир-11, Угл-83		
<b><u>Полдник</u></b>				
50	<b>Ватрушки с творогом .</b> <i>мука пшеничная высшего сорта, творог, яйцо куриное, сахар, маргарин, дрожжи сушеные, соль йодированная, масло растительное., ванилин.</i>	ЭЦ-139, Бел-7, Жир-3, Угл-22		410
150	<b>Чай с сахаром (№410)</b> <i>сахар, чай черный</i>	ЭЦ-32, Угл-8		410
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-171, Бел-7, Жир-3, Угл-30		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 062, Бел-31, Жир-27, Угл-168		<b>284-10</b>

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар



**МЕНЮ детский сад с 1-3лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
<b><u>Завтрак</u></b>				
40	<b>Яйцо вареное</b>	ЭЦ-63, Бел-5, Жир-5		227
100	<b>Капуста тушеная.</b> <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло растительное., томат, сахар, мука пшеничная высшего сорта, петрушка (корень)</i>	ЭЦ-80, Бел-2, Жир-4, Угл-10		143
180	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>сахар, лимоны, чай черный</i>	ЭЦ-37, Угл-9		412
30	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-70, Бел-2, Угл-14		560
5	<b>Масло сливочное(порциями)</b>	ЭЦ-26, Жир-3		6
<b>Итого за Завтрак</b>		ЭЦ-277, Бел-10, Жир-12, Угл-33		
<b><u>Завтрак 2</u></b>				
150	<b>Сок в асортименте</b>	ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		418
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ЭЦ-51, Бел-1, Угл-12		
<b><u>Обед</u></b>				
150	<b>Суп картофельный с бобовыми (горохом)</b> <i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло растительное.</i>	ЭЦ-81, Бел-3, Жир-3, Угл-10		87
110	<b>Каша гречневая рассыпчатая с сливочным маслом.</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-163, Бел-6, Жир-2, Угл-26		330
60	<b>Печень, тушенная в соусе</b> <i>печень., сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное., соль йодированная</i>	ЭЦ-107, Бел-8, Жир-6, Угл-5		261
30	<b>Икра овощная свекольная.</b> <i>свекла, томат, морковь, лук репчатый, масло растительное., сахар</i>	ЭЦ-30, Бел-1, Жир-1, Угл-4		55
150	<b>Компот из сушеных фруктов.</b> <i>сухофрукты, сахар, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-85, Угл-21		394
20	<b>Хлеб пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-47, Бел-2, Угл-9		560
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный(обогащенный)</b>	ЭЦ-46, Бел-1, Угл-9		527
<b>Итого за Обед</b>		ЭЦ-558, Бел-21, Жир-12, Угл-84		
<b><u>Полдник</u></b>				
50	<b>Печенье.</b>	ЭЦ-209, Бел-4, Жир-5, Угл-37		332
150	<b>Ряженка</b>	ЭЦ-77, Бел-4, Жир-4, Угл-6		420
<b>Итого за Полдник</b>		ЭЦ-285, Бел-8, Жир-9, Угл-44		
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-1 170, Бел-39, Жир-33, Угл-173		

284-10

Руководитель  
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов  
Н.Н.