

(3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
180	Каша пшенная молочная ясликовая молото утирифицированное обжаренное вл 3,2% жирности, крупа пшено утифицированное, сахар-песок, масло слабо-сливочное несоленое, соль, гидролизованная с повышенным содержанием натрия	кКал-159, Белки-5, Жир-7, Угл-21
40	Бутерброд с маслом хлеб пшеничный, масло слабо-сливочное несоленое	кКал-106, Белки-2, Жир-4, Угл-15
180	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай	кКал-43, Белки-1, Угл-11
Итого за Завтрак кКал-308, Белки-8, Жир-11, Угл-47		
Завтрак2		
250	Кефир с сахаром кефир, сахар-песок	кКал-118, Белки-5, Жир-4, Угл-13
26	Праники	кКал-110, Белки-2, Жир-3, Угл-20
Итого за Завтрак2 кКал-228, Белки-7, Жир-7, Угл-33		
Обед		
50	Икра кабачковая	кКал-54, Белки-1, Жир-3, Угл-7
180	Борщ с курой и сметаной засол, капуста белокочанная, свекла, морковь, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, соль, гидролизованная с повышенным содержанием натрия	кКал-107, Белки-2, Жир-2, Угл-14
120	Рис отарной рассыпчатый крупа рисовая, масло слабо-сливочное несоленое	кКал-150, Белки-2, Жир-6, Угл-37
80	Бефстроганов из печени печень, говядина для заправки, морковь, лук репчатый, мука пшеничная 1с, томат-паста, масло растительное, сметана 15%, соль, гидролизованная с повышенным содержанием натрия	кКал-104, Белки-8, Жир-4, Угл-8
180	Компот из яблок яблоки, сахар-песок	кКал-30, Белки-1, Жир-1, Угл-7
50	Хлеб ржаной	кКал-88, Белки-4, Угл-16
Итого за Обед кКал-533, Белки-18, Жир-16, Угл-89		
Полдник		
120	Сырники со сгущенным молоком творог 5% жирн., масло сливочное, мука пшеничная 1с, яйцо диетическое мытое, сахар-песок, масло растительное	кКал-200, Белки-15, Жир-5, Угл-21
180	Чай с сахаром сахар-песок, чай	кКал-112, Белки-1, Угл-18
Итого за Полдник кКал-312, Белки-16, Жир-5, Угл-39		
Итого за день кКал-1381, Белки-49, Жир-39, Угл-208		

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
160	Каша пшенная молочная ясликовая молото утирифицированное обжаренное вл 3,2% жирности, крупа пшено утифицированное, сахар-песок, масло слабо-сливочное несоленое, соль, гидролизованная с повышенным содержанием натрия	кКал-141, Белки-4, Жир-6, Угл-19
35	Бутерброд с маслом хлеб пшеничный, масло слабо-сливочное несоленое	кКал-92, Белки-2, Жир-4, Угл-13
160	Чай с лимоном сахар-песок, лимон, чай	кКал-39, Белки-1, Угл-10
Итого за Завтрак кКал-272, Белки-7, Жир-10, Угл-42		
Завтрак2		
180	Кефир с сахаром кефир, сахар-песок	кКал-85, Белки-4, Жир-3, Угл-10
26	Праники	кКал-110, Белки-2, Жир-3, Угл-20
Итого за Завтрак2 кКал-195, Белки-6, Жир-6, Угл-30		
Обед		
40	Икра кабачковая	кКал-43, Белки-1, Жир-2, Угл-6
150	Борщ с курой и сметаной картофель, капуста белокочанная, свекла, морковь, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, соль, гидролизованная с повышенным содержанием натрия	кКал-89, Белки-2, Жир-2, Угл-12
100	Рис отарной рассыпчатый крупа рисовая, масло слабо-сливочное несоленое	кКал-125, Белки-2, Жир-5, Угл-31
60	Бефстроганов из печени печень, говядина для заправки, морковь, лук репчатый, мука пшеничная 1с, томат-паста, масло растительное, сметана 15%, соль, гидролизованная с повышенным содержанием натрия	кКал-78, Белки-6, Жир-3, Угл-6
150	Компот из яблок яблоки, сахар-песок	кКал-25, Белки-1, Жир-1, Угл-6
40	Хлеб ржаной	кКал-70, Белки-3, Угл-13
Итого за Обед кКал-430, Белки-15, Жир-13, Угл-74		
Полдник		
110	Сырники со сгущенным молоком творог 5% жирн., масло сливочное, мука пшеничная 1с, сахар-песок, яйцо диетическое мытое, масло растительное	кКал-183, Белки-13, Жир-5, Угл-20
150	Чай с сахаром сахар-песок, чай	кКал-93, Белки-1, Угл-15
Итого за Полдник кКал-276, Белки-14, Жир-5, Угл-35		
Итого за день кКал-1173, Белки-42, Жир-34, Угл-181		