

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак1

Каша вязкая рисовая

160 молочная кКал-229, Белки-5, Жиры-7, Угл-39
молоко ультрапастеризованное обогащенное до 3,2% жирности, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочно-сливочное неосное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

40 Бутерброд с маслом

кКал-106, Белки-2, Жиры-4, Угл-15
хлеб пшеничный, масло сливочно-сливочное неосное

160 Какао с молоком

кКал-102, Белки-4, Жиры-4, Угл-18
молоко ультрапастеризованное обогащенное до 3,2% жирности, сахар-песок, какао-порошок обогащенный до 3,2% жирности, кКал-437, Белки-11, Жиры-15, Угл-72

Итого за Завтрак1

Завтрак2

кКал-94, Белки-4, Жиры-4, Угл-11

200 Кефир с сахаром

кКал-104, Белки-2, Жиры-3, Угл-17

26 Вафли

кКал-198, Белки-6, Жиры-7, Угл-28

Итого за Завтрак2

Обед

30 Свекла тушеная

свекла, масло растительное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

150 Суп овощной на мясном

бульоне капуста белокочанная, картофель, морковь, горошек зеленый консервы, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

140 Жаркое по-домашнему с мясом

картофель, говядина (безкостная), морковь, лук репчатый, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

150 Компот из яблок

кКал-25, Белки-1, Жиры-1, Угл-6

40 Хлеб ржаной

кКал-70, Белки-3, Угл-13

Итого за Обед

Полдник

Макаронные изделия

150 отварные

макаронные изделия тр. а, масло сливочно-сливочное неосное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

40 Яйцо отварное

кКал-63, Белки-5, Жиры-5

150 Чай с сахаром

кКал-93, Белки-1, Угл-15

25 Хлеб пшеничный

кКал-52, Белки-2, Жиры-1, Угл-10

Итого за Полдник

Итого за день

кКал-367, Белки-16, Жиры-15, Угл-60

кКал-1 496, Белки-54, Жиры-59, Угл-214

(3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак1

Каша вязкая рисовая

180 молочная кКал-258, Белки-6, Жиры-7, Угл-43
молоко ультрапастеризованное обогащенное до 3,2% жирности, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочно-сливочное неосное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

45 Бутерброд с маслом

кКал-119, Белки-2, Жиры-5, Угл-17

180 Какао с молоком

кКал-114, Белки-4, Жиры-4, Угл-20

молоко ультрапастеризованное обогащенное до 3,2% жирности, сахар-песок, какао-порошок обогащенный до 3,2% жирности, кКал-491, Белки-12, Жиры-16, Угл-80

Итого за Завтрак1

Завтрак2

кКал-104, Белки-4, Жиры-4, Угл-12

220 Кефир с сахаром

кКал-104, Белки-2, Жиры-3, Угл-17

26 Вафли

кКал-208, Белки-6, Жиры-7, Угл-29

Итого за Завтрак2

Обед

50 Свекла тушеная

свекла, масло растительное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

180 Суп овощной на мясном

бульоне капуста белокочанная, картофель, морковь, горошек зеленый консервы, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

160 Жаркое по-домашнему с мясом

кКал-236, Белки-12, Жиры-14, Угл-16

180 Компот из яблок

кКал-30, Белки-1, Жиры-1, Угл-7

50 Хлеб ржаной

кКал-88, Белки-4, Угл-16

кКал-611, Белки-27, Жиры-26, Угл-68

Итого за Обед

Полдник

Макаронные изделия

200 отварные

макаронные изделия тр. а, масло сливочно-сливочное неосное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия

40 Яйцо отварное

кКал-63, Белки-5, Жиры-5

180 Чай с сахаром

кКал-112, Белки-1, Угл-18

40 Хлеб пшеничный

кКал-82, Белки-3, Жиры-2, Угл-17

кКал-469, Белки-20, Жиры-19, Угл-81

кКал-1 779, Белки-65, Жиры-68, Угл-258