

(3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
180	Каша вязкая манная молочная <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное дп 3,2% жирности, крупа манная, сахар-песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-177, Белки-6, Жиры-6, Угл-26
40	Бутерброд с сыром <small>хлеб пшеничный, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое</small>	кКал-106, Белки-2, Жиры-4, Угл-15
180	Какао с молоком <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное дп 3,2% жирности, сахар-песок, какао-напиток обогащенный дп</small>	кКал-114, Белки-2, Жиры-3, Угл-18
Итого за Завтрак1		кКал-397, Белки-10, Жиры-13, Угл-59
<u>Завтрак2</u>		
124	Кисломолочный продукт	кКал-71, Белки-5, Жиры-2, Угл-7
Итого за Завтрак2		кКал-71, Белки-5, Жиры-2, Угл-7
<u>Обед</u>		
50	Салат картофельный с растительным маслом <small>картофель, огурцы соленые, горошек зеленый консервы, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-46, Белки-1, Жиры-3, Угл-5
200	Суп куриный с макаронными изделиями <small>картофель, окорока, макаронные изделия яичные (вермишель), зелень, морковь, лук репчатый, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-79, Белки-3, Угл-16
130	Голубцы ленивые с отварным мясом <small>капуста белокочанная, говядина (бескостная), крупа рисовая, томат-паста, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-190, Белки-10, Жиры-11, Угл-12
200	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты смесь, сахар-песок</small>	кКал-97, Белки-1, Угл-23
55	Хлеб ржаной	кКал-72, Белки-3, Жиры-1, Угл-17
Итого за Обед		кКал-484, Белки-18, Жиры-15, Угл-73
<u>Полдник</u>		
150	банан	кКал-96, Белки-2, Жиры-1, Угл-21
Итого за Полдник		кКал-96, Белки-2, Жиры-1, Угл-21
<u>Уплатненный полдник</u>		
120	Булочка домашняя <small>мука пшеничная 1с, молоко ультрапастеризованное обогащенное дп 3,2% жирности, сахар-песок, яйцо диетическое мытое, масло растительное, сахарная пудра, дрожжи прессованные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-265, Белки-7, Жиры-6, Угл-46
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай</small>	кКал-60, Белки-1, Угл-15
Итого за Уплатненный полдник		кКал-325, Белки-8, Жиры-6, Угл-61
Итого за день		кКал-1 373, Белки-43, Жиры-37, Угл-221