

Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), Витамины (мг), Микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
200	Суп молочный с крупной (гречневая)	Калорийность-154, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-18
180	Чай с сахаром	Калорийность-227, Углеводы-60
41	Батон	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
10	Масло (норциями)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак1		
<u>Завтрак2</u>		
85	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-546, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-100
Итого за Завтрак2		
<u>Обед</u>		
28	Овурчы консервированные	Калорийность-4
200	Суп картофельный	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
170	Плов из пшцы	Калорийность-586, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-30
180	Компот из свежих плодов	Калорийность-86, Углеводы-22
41	Хлеб пшеничный	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20
18	Хлеб ржаной	Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6
Итого за Обед		
<u>Ужин</u>		
80	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-6
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
12	Хлеб пшеничный	Калорийность-28, Белки-1, Углеводы-6
180	Чай с лимоном	Калорийность-31, Углеводы-8
35	Бутерброды с джемом или повидлом	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-18
Итого за Ужин		
Итого за день		
Калорийность-1792, Белки-59, Жиры-67, Углеводы-238		

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), Витамины (мг), Микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
150	Суп молочный с крупной (гречневая)	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14
150/7	Чай с сахаром	Калорийность-198, Углеводы-52
31	Батон	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-17
5	Масло (норциями)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак1		
<u>Завтрак2</u>		
80	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-422, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-83
Итого за Завтрак2		
<u>Обед</u>		
28	Овурчы консервированные	Калорийность-38, Углеводы-8
181	Суп картофельный	Калорийность-4
150	Плов из пшцы	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
150	Компот из свежих плодов	Калорийность-517, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-27
27	Хлеб пшеничный	Калорийность-72, Углеводы-18
18	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13
Итого за Обед		
<u>Ужин</u>		
50	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-765, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-77
40	Яйца вареные	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
12	Хлеб пшеничный	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5
150	Чай с лимоном	Калорийность-28, Белки-1, Углеводы-6
35	Бутерброды с джемом или повидлом	Калорийность-26, Углеводы-7
Итого за Ужин		
Итого за день		
Калорийность-1502, Белки-50, Жиры-55, Углеводы-203		