

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
157	Каши манная эсидкая	Калорийность-159, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
150	Какао с молоком	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13
29	Батон	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15
5	Масло (порциями)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак1		
81	Флоды и ягоды свежсие(мандарин)	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Завтрак2		
Обед		
58	Салат овощной с яблоками и свежлой	Калорийность-22, Белки-1, Углеводы-4
177	Рассольник ленинградский	Калорийность-91, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
11	Сметана (порция)	Калорийность-18, Жиры-2
50	Кнели куриные с рисом (1-3)	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-3
151	Пюре картофельное	Калорийность-151, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22
150	Компот из свежих плодов	Калорийность-72, Углеводы-18
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
Полдник		
134	Молоко кипяченое	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7
34	Бутерброды с джемом или повидлом	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18
Итого за Полдник		
Ужин		
51	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4
130	Макаронны отварные с сыром 1-3 года	Калорийность-196, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-28
160	Чай с лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
10	Хлеб пшеничный	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-5
Итого за Ужин		
Итого за день		
46	Белки-46, Жиры-52, Углеводы-203	Калорийность-1467, Белки-46, Жиры-52, Углеводы-203

Основная (3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
204	Каши манная эсидкая	Калорийность-207, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30
180	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-15
40	Батон	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
10	Масло (порциями)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
81	Флоды и ягоды свежсие(мандарин)	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Завтрак2		
Обед		
78	Салат овощной с яблоками и свежлой	Калорийность-30, Белки-1, Углеводы-6
198	Рассольник ленинградский	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13
11	Сметана (порция)	Калорийность-18, Жиры-2
70	Кнели куриные с рисом (3-7)	Калорийность-217, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-5
151	Пюре картофельное	Калорийность-151, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22
180	Компот из свежих плодов	Калорийность-86, Углеводы-22
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
Полдник		
150	Молоко кипяченое	Калорийность-92, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7
34	Бутерброды с джемом или повидлом	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18
Итого за Полдник		
Ужин		
51	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4
160	Макаронны отварные с сыром 3-7 лет	Калорийность-236, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-36
180	Чай с лимоном	Калорийность-31, Углеводы-8
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Ужин		
Итого за день		
173	Белки-173, Жиры-173, Углеводы-242	Калорийность-1773, Белки-173, Жиры-173, Углеводы-242