

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
173	Суп молочный с крупой (геркулес)	Калорийность-123, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14
144	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-80, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12
30	Батон	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-16
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
<u>Итого за Завтрак1</u>		
179	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-98, Белки-1, Углеводы-23
<u>Завтрак2</u>		
<u>Итого за Завтрак2</u>		
<u>Обед</u>		
77	Винегрет овощной	Калорийность-98, Белки-1, Углеводы-23
185	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6
5	Сметана (норцья)	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10
95	Пицца "Детская"	Калорийность-8, Жиры-1
149	Напиток из плодов шиповника 1-3 года	Калорийность-213, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-29
19	Хлеб пшеничный	Калорийность-69, Белки-1, Углеводы-14
38	Хлеб ржаной	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9
<u>Итого за Обед</u>		
<u>Ужин</u>		
81	Запеканка из творога	Калорийность-552, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-81
15	Молоко сгущенное (норцья)	Калорийность-201, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14
32	Кисломолочный напиток	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8
<u>Итого за Ужин</u>		
<u>Итого за день</u>		

Основная (3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
193	Суп молочный с крупой (геркулес)	Калорийность-138, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-15
172	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14
39	Батон	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
10	Масло (норцьями)	Калорийность-66, Жиры-7
<u>Итого за Завтрак1</u>		
<u>Завтрак2</u>		
179	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-98, Белки-1, Углеводы-23
<u>Итого за Завтрак2</u>		
<u>Обед</u>		
77	Винегрет овощной	Калорийность-98, Белки-1, Углеводы-23
201	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-72, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6
5	Сметана (норцья)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11
94	Пицца "Детская"	Калорийность-8, Жиры-1
179	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-210, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-29
29	Хлеб пшеничный	Калорийность-89, Белки-1, Углеводы-19
19	Хлеб ржаной	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14
<u>Итого за Обед</u>		
<u>Ужин</u>		
101	Запеканка из творога	Калорийность-33, Белки-1, Углеводы-6
20	Молоко сгущенное (норцья)	Калорийность-566, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-85
153	Кисломолочный напиток	Калорийность-251, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-17
<u>Итого за Ужин</u>		
<u>Итого за день</u>		