

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), Витамины (мг), Микроэлементы (мг)
Завтрак1		
171	Суп молочный с крупой (геркулес)	Калорийность-122, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-13
150/7	Чай с сахаром	Калорийность-198, Углеводы-52
20	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-11
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
79	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-37, Углеводы-8
Итого за Завтрак2		
Обед		
50	Салат из моркови и яблок	Калорийность-42, Жиры-3, Углеводы-4
179	Суп картофельный	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
80	Фрикадельки мясные в соусе	Калорийность-132, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-7
101	Каша гречневая вязкая	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16
150	Кисель из плодов или ягод свежих	Калорийность-83, Углеводы-21
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
18	Хлеб ржаной	Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6
Итого за Обед		
Ужин		
39	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
147	Макаронные изделия с сыром 1-3 года	Калорийность-222, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-32
160	Чай с лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Ужин		
Итого за день		
Калорийность-1267, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-210		

Основная (3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), Белки (г), Углеводы (г), Витамины (мг), Микроэлементы (мг)
Завтрак1		
201	Суп молочный с крупой (геркулес)	Калорийность-143, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-16
150/7	Чай с сахаром	Калорийность-198, Углеводы-52
41	Батон	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
10	Масло (норцьями)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
84	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-39, Углеводы-8
Итого за Завтрак2		
Обед		
69	Салат из моркови и яблок	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6
200	Суп картофельный	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
120	Фрикадельки мясные в соусе	Калорийность-199, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-10
152	Каша гречневая вязкая	Калорийность-127, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-24
180	Кисель из плодов или ягод свежих	Калорийность-99, Углеводы-25
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
18	Хлеб ржаной	Калорийность-31, Белки-1, Углеводы-6
Итого за Обед		
Ужин		
59	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
176	Макаронные изделия с сыром 3-7 лет	Калорийность-259, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-40
180	Чай с лимоном	Калорийность-31, Углеводы-8
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Ужин		
Итого за день		
Калорийность-1610, Белки-43, Жиры-46, Углеводы-257		