

## Основная (3-7лет)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак1</b>		
208	Каши манная жидкая	Калорийность-211, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-30
190	Чай с лимоном	Калорийность-33, Углеводы-8
41	Батон	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
10	Масло (норцьями)	Калорийность-66, Жиры-7
10	Сыр (норцьями)	Калорийность-11, Белки-2
Итого за Завтрак1		
<b>Завтрак2</b>		
102	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-48, Углеводы-10
Итого за Завтрак2		
<b>Обед</b>		
39	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
202	Рассольник ленинградский	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14
10	Сметана (норция)	Калорийность-16, Жиры-2
75	Оладьи из пшена	Калорийность-297, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-13
150	Пюре картофельное	Калорийность-150, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22
179	Компот из свежих плодов	Калорийность-86, Углеводы-22
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-19
31	Хлеб ржаной	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-10
Итого за Обед		
<b>Полдник</b>		
40	вафли	
183	Молоко кипяченое	Калорийность-112, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-9
Итого за Полдник		
<b>Итого за день</b>		

## Основная (1,5-3 года)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак1</b>		
156	Каши манная жидкая	Калорийность-158, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
160	Чай с лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
20	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-11
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
8	Сыр (норцьями)	Калорийность-9, Белки-1
Итого за Завтрак1		
<b>Завтрак2</b>		
81	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-38, Углеводы-8
Итого за Завтрак2		
<b>Обед</b>		
39	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
182	Рассольник ленинградский	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
5	Сметана (норция)	Калорийность-8, Жиры-1
57	Оладьи из пшена	Калорийность-225, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-10
150	Пюре картофельное	Калорийность-150, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22
149	Компот из свежих плодов	Калорийность-71, Углеводы-18
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
<b>Полдник</b>		
40	вафли	
153	Молоко кипяченое	Калорийность-93, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8
Итого за Полдник		
<b>Итого за день</b>		