

Основная (3-Лет)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
220	Суп молочный с крупной (гречневая)	Калорийность-169, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-20
180	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-15
39	Батон	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
10	Масло (норцьями)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак1 Калорийность-437, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-56		
Завтрак2		
80	Фрукты и ягоды свежие (мандарин)	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-6
Итого за Завтрак2 Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-6		
Обед		
30	Овощи консервированные	Калорийность-4
200	Суп рыбный	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
100	Гуляш из отварного мяса	Калорийность-215, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-4
140	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-191, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33
180	Компот из свежих плодов	Калорийность-86, Углеводы-22
39	Хлеб пшеничный	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед Калорийность-710, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-99		
Полдник		
102	Пицца "Детская"	Калорийность-114, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-16
190	Чай с лимоном	Калорийность-33, Углеводы-8
Итого за Полдник Калорийность-147, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-24		
Итого за день Калорийность-1326, Белки-48, Жиры-43, Углеводы-185		

Основная (1,5-3 года)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
155	Суп молочный с крупной (гречневая)	Калорийность-119, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-14
151	Какао с молоком	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13
29	Батон	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак1 Калорийность-312, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-49		
Завтрак2		
80	Фрукты и ягоды свежие (мандарин)	Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-6
Итого за Завтрак2 Калорийность-32, Белки-1, Углеводы-6		
Обед		
30	Овощи консервированные	Калорийность-4
180	Суп рыбный	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12
80	Гуляш из отварного мяса	Калорийность-172, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-3
100	Макаронные изделия отварные с маслом	Калорийность-136, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23
150	Компот из свежих плодов	Калорийность-72, Углеводы-18
29	Хлеб пшеничный	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед Калорийность-566, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-77		
Полдник		
102	Пицца "Детская"	Калорийность-114, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-16
160	Чай с лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
Итого за Полдник Калорийность-142, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-23		
Итого за день Калорийность-1052, Белки-39, Жиры-32, Углеводы-148		