

Основная (1,5-3 года)

Выход (1)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
201	Суп молочный с крупой (гречневая)	Калорийность-155, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-18
150	Какао с молоком	Калорийность-90, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13
21	Батон	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-11
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
150	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-83, Белки-1, Углеводы-19
Итого за Завтрак2		
Обед		
31	огурец свежий	
179	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14
61	Комплеты, биточки, шницели рубленые	Калорийность-139, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-8
133	Каша пшеничная вязкая	Калорийность-175, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-27
142	Компот из свежих плодов	Калорийность-68, Углеводы-17
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
Полдник		
101	Запеканка из творога	Калорийность-251, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-17
20	джем порц,	Калорийность-240, Углеводы-60
150	Кисломолочный напиток	Калорийность-49, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-6
Итого за Полдник		
Итого за день		
Калорийность-1552, Белки-56, Жиры-44, Углеводы-231		

Основная (3-7 лет)

Выход (1)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
252	Суп молочный с крупой (гречневая)	Калорийность-194, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-23
180	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-15
42	Батон	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
11	Масло (норцьями)	Калорийность-73, Жиры-8
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
180	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Завтрак2		
Обед		
41	огурец свежий	
200	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Калорийность-122, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-16
81	Комплеты, биточки, шницели рубленые	Калорийность-185, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-10
133	Каша пшеничная вязкая	Калорийность-202, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-31
170	Компот из свежих плодов	Калорийность-81, Углеводы-20
41	Хлеб пшеничный	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
Полдник		
101	Запеканка из творога	Калорийность-251, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-17
20	джем порц,	Калорийность-240, Углеводы-60
179	Кисломолочный напиток	Калорийность-58, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-7
Итого за Полдник		
Итого за день		
Калорийность-1847, Белки-65, Жиры-54, Углеводы-271		