

Основная (3-7 лет)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
203	Каша пшеничная жидкая	Калорийность-227, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-34
180	Чай с сахаром	Калорийность-227, Углеводы-60
42	Батон	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
10	Масло (норцьями)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак1 <u>Завтрак2</u>		
79	Фрукты и ягоды свежие (банан)	Калорийность-622, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-116
Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-17		
Итого за Завтрак2		
<u>Обед</u>		
41	огурец свежий	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-17
204	Щи зеленые	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
232	Пшеница, мушениная в соусе с овощами	Калорийность-386, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-25
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-108, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-24
41	Хлеб пшеничный	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
<u>Полдник</u>		
85	Омлет с сыром	Калорийность-724, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-85
59	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-171, Белки-9, Жиры-14, Углеводы-2
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
180	Чай с лимоном	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
Калорийность-31, Углеводы-8		
Итого за Полдник		
<u>Итого за день</u>		
Калорийность-319, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-25		
Калорийность-1741, Белки-55, Жиры-61, Углеводы-243		

Основная (1,5-3 года)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
152	Каша пшеничная жидкая	Калорийность-170, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-25
150/7	Чай с сахаром	Калорийность-198, Углеводы-52
21	Батон	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-11
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак1 <u>Завтрак2</u>		
79	Фрукты и ягоды свежие (банан)	Калорийность-452, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-88
Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-17		
Итого за Завтрак2		
<u>Обед</u>		
31	огурец свежий	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-17
179	Щи зеленые	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9
202	Пшеница, мушениная в соусе с овощами	Калорийность-385, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-25
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20
21	Хлеб ржаной	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
<u>Полдник</u>		
65	Омлет с сыром 1-3 года	Калорийность-619, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-70
39	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-137, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-1
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
160	Чай с лимоном	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
Калорийность-28, Углеводы-7		
Итого за Полдник		
<u>Итого за день</u>		
Калорийность-258, Белки-10, Жиры-14, Углеводы-21		
Калорийность-1405, Белки-46, Жиры-47, Углеводы-196		