

Основная (3-7лет)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
201	Каша манная жидкая	Калорийность-204, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-29
180	Чай с сахаром	Калорийность-227, Углеводы-60
43	Батон	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23
11	Масло (норцьями)	Калорийность-73, Жиры-8
12	Сыр (норцьями)	Калорийность-14, Белки-2
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
98	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-622, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-112
Итого за Завтрак2		
Обед		
70	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-46, Углеводы-10
203	Рассольник ленинградский	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6
8	Сметана (норция)	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14
110	Пудинг рыбный запеченный	Калорийность-13, Жиры-1
140	Каша рисовая вязкая (рисовая) с овощами	Калорийность-173, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-10
180	Компот из свежих плодов	Калорийность-174, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-33
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-86, Углеводы-22
32	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-19
Итого за Обед		
Полдник		
50	Пирожки	Калорийность-56, Белки-2, Углеводы-11
200	Молоко кипяченое	Калорийность-762, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-115
Итого за Полдник		
Итого за день		
Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38		
Калорийность-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10		
Калорийность-305, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-48		
Калорийность-1735, Белки-48, Жиры-44, Углеводы-285		

Основная (1,5-3 года)

Выход (1)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
151	Каша манная жидкая	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-22
150/7	Чай с сахаром	Калорийность-198, Углеводы-52
22	Батон	Калорийность-53, Белки-2, Углеводы-12
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
9	Сыр (норцьями)	Калорийность-10, Белки-2
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
79	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-447, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-86
Итого за Завтрак2		
Обед		
50	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-37, Углеводы-8
183	Рассольник ленинградский	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5
5	Сметана (норция)	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
84	Пудинг рыбный запеченный	Калорийность-8, Жиры-1
140	Каша рисовая вязкая	Калорийность-132, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-8
150	Компот из свежих плодов	Калорийность-169, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-72, Углеводы-18
21	Хлеб ржаной	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
Итого за Обед		
Полдник		
50	Пирожки	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
150	Молоко кипяченое	Калорийность-627, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-92
Итого за Полдник		
Итого за день		
Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38		
Калорийность-92, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7		
Калорийность-275, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-45		
Калорийность-1386, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-23		