

05.06.2026 (1,5-3 года, 2шт)

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
150	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13
30	Батон	Калорийность-73, Белки-2, Углеводы-16
5	Масло (норциам)	Калорийность-33, Жиры-4
180	Суп молочный с крупой (геркулес)	Калорийность-128, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-14
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
180	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Завтрак2		
Обед		
30	огурец свежий	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-23
180	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11
5	Сметана (норция)	Калорийность-8, Жиры-1
60/50	Тертелги мясные (1-й вариант)	Калорийность-186, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12
151	Пюре картофельное	Калорийность-151, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22
150	Напиток из плодов шиповника 1-3 года	Калорийность-69, Белки-1, Углеводы-14
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
20	Хлеб ржаной	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
Полдник		
100	Запеканка из творога	Калорийность-249, Белки-17, Жиры-12, Углеводы-17
15	Молоко сгущенное (норция)	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-8
151	Кисломолочный напиток	Калорийность-49, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-6
Итого за Полдник		
Итого за день		

Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
200	Каша овсяная "Теркулес" жидкая	Калорийность-210, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-27
180	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15
40	Батон	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
10	Масло (норциам)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак1		
Завтрак2		
180	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-23
Итого за Завтрак2		
Обед		
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-40, Жиры-4, Углеводы-1
200	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12
10	Сметана (норция)	Калорийность-16, Жиры-2
80/50	Тертелги мясные (1-й вариант)	Калорийность-220, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-14
151	Пюре картофельное	Калорийность-151, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-22
180	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-89, Белки-1, Углеводы-19
39	Хлеб пшеничный	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-19
20	Хлеб ржаной	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед		
Полдник		
120	Запеканка из творога	Калорийность-298, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-20
19	Молоко сгущенное (норция)	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11
181	Кисломолочный напиток	Калорийность-59, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-7
Итого за Полдник		
Итого за день		