

## Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак1</b>		
203	<b>Каша манная жидкая</b>	Калорийность-206, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-29
180	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-227, Углеводы-60
41	<b>Батон</b>	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-22
10	<b>Масло (норцьями)</b>	Калорийность-66, Жиры-7
10	<b>Сыр (норцьями)</b>	Калорийность-11, Белки-2
<b>Итого за Завтрак1</b>		
<b>Завтрак2</b>		
98	<b>Флоды и ягоды свежисе</b>	Калорийность-609, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-111
<b>Итого за Завтрак2</b>		
<b>Обед</b>		
49	<b>овощи натур.свежисе</b>	Калорийность-46, Углеводы-10
205	<b>Рассольник ленинградский</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14
11	<b>Сметана (норция)</b>	Калорийность-18, Жиры-2
120	<b>Пшиса тушеная</b>	Калорийность-417, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-5
140	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	Калорийность-191, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33
180	<b>Компот из свежих плодое</b>	Калорийность-86, Углеводы-22
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-19
21	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
<b>Итого за Обед</b>		
<b>Полдник</b>		
183	<b>Молоко кипяченое</b>	Калорийность-112, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-9
50	<b>Печенье</b>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37
<b>Итого за Полдник</b>		
<b>Итого за день</b>		
Калорийность-1924, Белки-62, Жиры-66, Углеводы-267		

## Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Завтрак1</b>		
158	<b>Каша манная жидкая</b>	Калорийность-160, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-23
150/7	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-198, Углеводы-52
31	<b>Батон</b>	Калорийность-75, Белки-2, Углеводы-17
5	<b>Масло (норцьями)</b>	Калорийность-33, Жиры-4
10	<b>Сыр (норцьями)</b>	Калорийность-11, Белки-2
<b>Итого за Завтрак1</b>		
<b>Завтрак2</b>		
79	<b>Флоды и ягоды свежисе</b>	Калорийность-477, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-92
<b>Итого за Завтрак2</b>		
<b>Обед</b>		
39	<b>овощи натур.свежисе</b>	Калорийность-37, Углеводы-8
185	<b>Рассольник ленинградский</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13
11	<b>Сметана (норция)</b>	Калорийность-18, Жиры-2
100	<b>Пшиса тушеная</b>	Калорийность-348, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-4
121	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b>	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-28
150	<b>Компот из свежих плодое</b>	Калорийность-72, Углеводы-18
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
21	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
<b>Итого за Обед</b>		
<b>Полдник</b>		
153	<b>Молоко кипяченое</b>	Калорийность-93, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-8
50	<b>Печенье</b>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37
<b>Итого за Полдник</b>		
<b>Итого за день</b>		
Калорийность-1622, Белки-54, Жиры-55, Углеводы-229		