

Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
224	Суп молочный с крупой (зречневая)	Калорийность-173, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-20
180	Чай с сахаром	Калорийность-227, Углеводы-60
40	Батон	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
10	Масло (норцьями)	Калорийность-66, Жиры-7
10	Сыр (норцьями)	Калорийность-11, Белки-2
Итого за Завтрак1 Калорийность-574, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-101		
Завтрак2		
98	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-46, Углеводы-10
Итого за Завтрак2 Калорийность-46, Углеводы-10		
Обед		
51	помидор свежий	
203	Суп картофельный вегетарианский	Калорийность-41, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
230	Птица, тушенная в соусе с овощами	Калорийность-382, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-24
177	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-106, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-23
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-19
22	Хлеб ржаной	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед Калорийность-661, Белки-29, Жиры-24, Углеводы-77		
Полдник		
100	Омлет натуральны	Калорийность-197, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-2
59	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
181	Чай с лимоном	Калорийность-31, Углеводы-8
Итого за Полдник Калорийность-345, Белки-13, Жиры-22, Углеводы-25		
Итого за день Калорийность-1 626, Белки-54, Жиры-61, Углеводы-213		

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
183	Суп молочный с крупой (зречневая)	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-17
150/7	Чай с сахаром	Калорийность-198, Углеводы-52
20	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-11
5	Масло (норцьями)	Калорийность-33, Жиры-4
8	Сыр (норцьями)	Калорийность-9, Белки-1
Итого за Завтрак1 Калорийность-430, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-80		
Завтрак2		
83	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	Калорийность-39, Углеводы-8
Итого за Завтрак2 Калорийность-39, Углеводы-8		
Обед		
41	помидор свежий	
183	Суп картофельный вегетарианский	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
200	Птица, тушенная в соусе с овощами	Калорийность-332, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-21
148	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-19
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
22	Хлеб ржаной	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-7
Итого за Обед Калорийность-566, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-65		
Полдник		
80	Омлет натуральны	Калорийность-157, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-2
40	Икра кабачковая для детского питания	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10
161	Чай с лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
Итого за Полдник Калорийность-280, Белки-11, Жиры-17, Углеводы-22		
Итого за день Калорийность-1 315, Белки-44, Жиры-49, Углеводы-175		