

Основная (1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак¹		
152	Каша рисовая жидкая	Калорийность-75, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11
160	Чай с лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
20	Батон	Калорийность-49, Белки-2, Углеводы-11
5	Масло (порошковое)	Калорийность-33, Жиры-4
Итого за Завтрак ¹		Калорийность-185, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-29
Завтрак²		
80	Фрукты и ягоды(слива)	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Завтрак ²		Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
Обед		
31	Огурец свежий	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12
182	Суп рыбный	Калорийность-199, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-10
60/60	Фрикадельки мясные в соусе	Калорийность-109, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20
130	Каши гречневая вязкая	Калорийность-72, Углеводы-18
150	Компот из свежих плодов	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
21	Хлеб ржаной	Калорийность-566, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-81
Итого за Обед		Калорийность-190, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-28
Полдник		
49	Булочка дорожная	Калорийность-49, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-6
149	Кисломолочный напиток	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-34
Итого за Полдник		Калорийность-1 024, Белки-34, Жиры-30, Углеводы-152
Итого за день		

Основная (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак¹		
209	Каши рисовая жидкая	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-15
180	Чай с лимоном	Калорийность-31, Углеводы-8
39	Батон	Калорийность-95, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21
10	Масло (порошковое)	Калорийность-66, Жиры-7
Итого за Завтрак ¹		Калорийность-296, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-44
Завтрак²		
85	Фрукты и ягоды(слива)	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Завтрак ²		Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-8
Обед		
41	Огурец свежий	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
203	Суп рыбный	Калорийность-265, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-13
80/80	Фрикадельки мясные в соусе	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-23
150	Каши гречневая вязкая	Калорийность-86, Углеводы-22
179	Компот из свежих плодов	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20
41	Хлеб пшеничный	Калорийность-37, Белки-1, Углеводы-7
21	Хлеб ржаной	Калорийность-697, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-99
Итого за Обед		Калорийность-307, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-45
Полдник		
79	Булочка дорожная	Калорийность-58, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-7
179	Кисломолочный напиток	Калорийность-365, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-52
Итого за Полдник		Калорийность-1 395, Белки-44, Жиры-44, Углеводы-203
Итого за день		