

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
153	Каша кукурузная молочная <small>кукурузная, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-5, Угл-19	9-29
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-29
180	Чай карамель молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12	6-70
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8	=
11	Хлеб ржаной	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	=
Итого за Завтрак			19-28
<u>Завтрак 2</u>			
100	Напиток из ягоды св/мор <small>ягода фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6	2-04
Итого за Завтрак 2			2-04
<u>Обед</u>			
30	Салат Лука (фасоль, морковь) <small>морковь св, фасоль, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-35, Б-2, Ж-1, Угл-4	6-80
150	Борщ Вегетарианский <small>свекла св, капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-36, Б-1, Ж-2, Угл-4	5-20
60	Биточки или котлеты кур (духовые) <small>куриная грудка, хлеб белый, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-96, Б-11, Ж-2, Угл-8	16-71
110	Пюре картофельное мягкое <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-99, Б-2, Ж-4, Угл-14	10-94
150	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	2-39
25	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12	=
22	Хлеб ржаной	ККАЛ-38, Б-1, Угл-7	=
Итого за Обед			42-04
<u>Полдник</u>			
48	Гренки сладкие ванильные <small>батон нарезной, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-181, Б-4, Ж-7, Угл-37	6-18
150	Кисель из сока фруктового <small>сок фруктовый, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-79, Угл-19	8-26
Итого за Полдник			14-44
<u>Ужин</u>			
50	Суфле из печени <small>печень говяжья отечественная, лук репка, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, мука в/с, соль йодированная, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-80, Б-9, Ж-3, Угл-4	19-20
110	Макаронные изделия отварные с маслом <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	4-30
180	Чай витаминный <small>шиповник сухой, сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-34, Угл-8	3-27
30	Яблоко печеные (дольки) <small>яблоко свежее, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5	9-15
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	=
11	Хлеб ржаной	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	=
Итого за Ужин			35-92
Итого за день			113-72