

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
150	Каша Пшеничная молочная <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное</small>	ККАЛ-141, Б-5, Ж-6, Угл-18	8-72
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	2-80
180	Кофейный напиток шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	6-68
13	Батон белый	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
Итого за Завтрак		ККАЛ-306, Б-9, Ж-12, Угл-39	18-97
Завтрак 2			
100	Компот из свежих фруктов <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-20, Угл-5	0-53
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-20, Угл-5	0-53
Обед			
30	Икра тыквы <small>тыква све/мор, морковь св, масло растительное, лук репка, сахар-песок, лимон свежий, тамаг-паста, зелень сушен (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-25, Ж-2, Угл-2	3-30
150	Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, огурцы консервированные, лук репка, перловка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сушен (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-81, Б-1, Ж-4, Угл-10	7-16
50	Запеканка мясная сборная <small>свинина п/ф, сердце говяжье, лук репка, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-100, Б-6, Ж-6, Угл-5	13-16
110	Капуста тушеная с томатом <small>капуста белокочанная св, морковь св, лук репка, масло сливочное 72,5%, тамаг-паста, соль йодированная, сахар-песок, мука в/с</small>	ККАЛ-54, Б-2, Ж-2, Угл-8	8-43
150	Компот из кураги <small>курага без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-40, Б-1, Угл-9	5-55
24	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-56, Б-2, Угл-12	2-10
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	1-53
Итого за Обед		ККАЛ-391, Б-14, Ж-14, Угл-52	41-23
Полдник			
20	Печенье	ККАЛ-81, Б-1, Ж-2, Угл-15	6-94
150	Кисель Светлячок шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, крахмал картофельный, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-115, Б-4, Ж-4, Угл-16	10-13
Итого за Полдник		ККАЛ-196, Б-5, Ж-6, Угл-30	17-07
Ужин			
30	Салат морковь с огурцом консервированным <small>морковь св, огурцы консервированные, масло растительное</small>	ККАЛ-20, Ж-1, Угл-2	4-02
160	Омлет с сыром <small>яйцо столовое, сыр твердый, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-240, Б-18, Ж-17, Угл-3	19-96
180	Чай русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-36, Угл-9	0-92
19	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-45, Б-1, Угл-9	1-68
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
Итого за Ужин		ККАЛ-358, Б-20, Ж-19, Угл-27	27-35
Итого за день		ККАЛ-1 272, Б-49, Ж-51, Угл-154	105-15