

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 Ячневая или Пшеничная молочная <small>квас. молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17	9-04
10	Сыр твердый	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	=
180	Кофейный напиток на молоке <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-14	8-22
13	Батон белый	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Завтрак			17-26
Завтрак 2			
100	Компот из черноплодной рябины и фруктов (яблоко или груша) <small>рябина черноплодная св/мор, яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-21, Угл-5	1-84
Итого за Завтрак 2			1-84
Обед			
30	Салат Лука (фасоль, морковь) <small>морковь св, фасоль, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-35, Б-2, Ж-1, Угл-4	2-32
150	Борщ с картофелем <small>картофель св, свекла св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-55, Б-1, Ж-3, Угл-7	4-29
160	Бигус с мясом <small>капустка белокочанная св, говядина св/м з/ч, лук репка, морковь св, масло растительное, соль йодированная, сахар-песок</small>	ККАЛ-167, Б-12, Ж-10, Угл-8	8-56
150	Напиток из вишни <small>вишня сухая, сахар-песок</small>	ККАЛ-57, Угл-14	4-20
26	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-61, Б-2, Угл-13	=
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	=
Итого за Обед			19-37
Полдник			
51	Рулетик Венский <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух, соль йодированная, масло растительное, ванилин</small>	ККАЛ-173, Б-5, Ж-5, Угл-27	6-94
150	Кисель из облепихи <small>облепиха св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-43, Ж-1, Угл-9	4-43
Итого за Полдник			11-37
Ужин			
50	Суфле куриное <small>куриная грудка, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, мука в/с, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-92, Б-11, Ж-4, Угл-2	14-74
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	4-24
30	Яблоки с вишней запеченные <small>яблоки свежие, вишня б/к св/мор, сметана 15%, сахар-песок</small>	ККАЛ-22, Угл-4	5-98
180	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-26, Угл-6	1-55
21	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Ужин			26-51
Итого за день			76-35