

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 Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small> | ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16 | 7-44 |
| 5 | Масло сливочное | ККАЛ-29, Ж-3 | 3-33 |
| 180 | Чай карамель молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small> | ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12 | 6-61 |
| 13 | Батон белый | ККАЛ-34, Б-1, Угл-7 | 1-53 |
| 10 | Хлеб ржаной | ККАЛ-17, Б-1, Угл-3 | 0-80 |
| Итого за Завтрак | | ККАЛ-291, Б-9, Ж-11, Угл-38 | 19-71 |
| 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 | 2-36 |
| Итого за Завтрак 2 | | ККАЛ-21, Угл-5 | 2-36 |
| Обед | | | |
| 30 | Салат свекла с огурцом консервированным <small>свекла св, огурцы консервированные, масло растительное</small> | ККАЛ-22, Ж-1, Угл-2 | 3-80 |
| 150 | Рассольник с крупой <small>картофель св, морковь св, огурцы консервированные, лук репчатый, перловка, масло растительное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small> | ККАЛ-81, Б-1, Ж-4, Угл-10 | 8-63 |
| 50 | Запеканка мясная сборная <small>свинина ш/ф, сердце говядины, лук репчатый, рис, яйцо куриное, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная</small> | ККАЛ-100, Б-6, Ж-6, Угл-5 | 15-42 |
| 110 | Капуста тушеная с томатом <small>капуста белокочанная св, морковь св, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная, сахар-песок, мука в/с</small> | ККАЛ-54, Б-2, Ж-2, Угл-8 | 10-33 |
| 150 | Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small> | ККАЛ-52, Угл-13 | 0-59 |
| 25 | Хлеб пшеничный белый | ККАЛ-59, Б-2, Угл-12 | 2-07 |
| 15 | Хлеб ржаной | ККАЛ-26, Б-1, Угл-5 | 1-18 |
| Итого за Обед | | ККАЛ-393, Б-13, Ж-14, Угл-55 | 42-02 |
| Полдник | | | |
| 50 | Плюшка Дачная <small>мука в/с, яйцо куриное, сахар-песок, масло растительное, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин</small> | ККАЛ-168, Б-4, Ж-5, Угл-26 | 5-45 |
| 160 | Молоко свежее пастеризованное | ККАЛ-85, Б-4, Ж-4, Угл-7 | 10-40 |
| Итого за Полдник | | ККАЛ-253, Б-9, Ж-9, Угл-33 | 15-85 |
| Ужин | | | |
| 103 | Запеканка Праздничная творожно-апельсиновая <small>творог свежий 9%, апельсины св, манка, сахар-песок, яйцо куриное, масло сливочное 72,5%, сахар панировочный, мука в/с, карамельный, масло растительное, соль йодированная, соль пищевая, ванилин</small> | ККАЛ-223, Б-12, Ж-8, Угл-26 | 26-66 |
| 35 | Груша запеченная (дольки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small> | ККАЛ-31, Ж-1, Угл-1 | 20-16 |
| 50 | Соус крем -Брюле <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small> | ККАЛ-71, Б-1, Ж-3, Угл-10 | 4-56 |
| 180 | Чай без сахара | | 0-04 |
| 20 | Хлеб пшеничный белый | ККАЛ-47, Б-2, Угл-10 | 1-65 |
| 10 | Хлеб ржаной | ККАЛ-17, Б-1, Угл-3 | 0-80 |
| Итого за Ужин | | ККАЛ-389, Б-16, Ж-12, Угл-50 | 53-87 |
| Итого за день | | ККАЛ-1 347, Б-47, Ж-47, Угл-180 | 133-81 |