

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>			
150	Каши Пшеничная молочная <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-141, Б-5, Ж-6, Угл-18	9-54
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	2-80
180	Какао на молоке <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-98, Б-4, Ж-4, Угл-13	8-47
14	Батон белый	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	1-73
11	Хлеб ржаной	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	0-77
Итого за Завтрак		ККАЛ-324, Б-10, Ж-13, Угл-41	23-31
<u>Завтрак 2</u>			
100	Компот из черноплодной рябины и фруктов (яблоко или груша) <small>рябина черноплодная св/мор, яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-21, Угл-5	1-86
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-21, Угл-5	1-86
<u>Обед</u>			
30	Икра овощная <small>морковь св, свекла св, лук репка, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная, сахар-песок</small>	ККАЛ-27, Ж-2, Угл-2	1-83
150	Суп картофельный с крупой <small>картофель св, морковь св, лук репка, геркулес, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-69, Б-1, Ж-3, Угл-9	2-77
50	Пудинг из говядины <small>свинина мясная п/ф, говядина односортовая для руб. изделий, рис, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-134, Б-7, Ж-9, Угл-6	17-54
110	Гарнир сложный картофель+капуста <small>картофель св, капуста белокачанная св, морковь св, лук репка, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, томат-паста, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-85, Б-2, Ж-3, Угл-12	8-54
150	Напиток из вишни <small>вишня сухая, сахар-песок</small>	ККАЛ-57, Угл-14	4-20
25	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12	2-10
16	Хлеб ржаной	ККАЛ-27, Б-1, Угл-5	1-15
Итого за Обед		ККАЛ-458, Б-14, Ж-18, Угл-62	38-13
<u>Полдник</u>			
48	Ватрушка с творогом <small>мука в/с, творог свежий 9%, сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин</small>	ККАЛ-142, Б-6, Ж-5, Угл-19	7-12
150	Кисель молочная нежность <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, крахмал картофельный, ванилин</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-16	=
Итого за Полдник		ККАЛ-253, Б-10, Ж-9, Угл-34	7-12
<u>Ужин</u>			
40	Груша запеченная (дольки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-35, Ж-1, Угл-1	7-96
100	Биточки манные или рисовые <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, сахар паниров., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-167, Б-5, Ж-4, Угл-28	23-39
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	4-24
180	Чай французский <small>сахар-песок, чай байховый, ванилин</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-74
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
11	Хлеб ржаной	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	0-77
Итого за Ужин		ККАЛ-368, Б-9, Ж-8, Угл-59	38-78
Итого за день		ККАЛ-1 423, Б-42, Ж-47, Угл-202	109-20

