

## 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	<b>Каша Геркулес молочная</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-117, Б-4, Ж-5, Угл-15	6-53
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	3-50
180	<b>Какао на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-98, Б-4, Ж-4, Угл-13	8-47
13	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	=
11	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	0-77
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-297, Б-9, Ж-12, Угл-38	19-27
<u>Завтрак 2</u>			
100	<b>Напиток из ягоды св/мор</b> <small>ягода фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6	0-43
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-25, Угл-6	0-43
<u>Обед</u>			
30	<b>Икра кабачков</b> <small>кабачки св/мор, морковь св, масло растительное, лук репка, соль водированная, лимон свежий, помидор-наста, сахар-песок, чеснок св, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-35, Ж-3, Угл-2	6-80
150	<b>Похлебка бобовая</b> <small>картофель св, морковь св, лук репка, масло растительное, соль водированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-107, Б-4, Ж-4, Угл-13	3-33
50	<b>Гуляш из курицы с луком</b> <small>кури-филе, лук репка, масло растительное, мука в/с, томат-паста, соль водированная</small>	ККАЛ-62, Б-8, Ж-2, Угл-2	14-10
110	<b>Гарнир каша рисовая рассыпчатая</b> <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-149, Б-3, Ж-3, Угл-29	6-83
150	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	0-58
25	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12	2-10
21	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	1-53
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-499, Б-19, Ж-13, Угл-77	35-27
<u>Полдник</u>			
50	<b>Плюшка Дачная</b> <small>мука в/с, яйцо столовое, сахар-песок, масло растительное, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная, дрожжи сух, ванилин</small>	ККАЛ-168, Б-4, Ж-5, Угл-26	5-34
150	<b>Молоко свежее пастеризованное</b>	ККАЛ-80, Б-4, Ж-4, Угл-6	=
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-248, Б-9, Ж-9, Угл-33	5-34
<u>Ужин</u>			
100	<b>Запеканка творожно - морковная</b> <small>творог свежий 9%, морковь св, манка, яйцо столовое, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль водированная, ванилин</small>	ККАЛ-169, Б-11, Ж-7, Угл-15	18-51
50	<b>Соус крем -Брюле</b> <small>сахар-песок, молоко сухое 25%, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-71, Б-1, Ж-3, Угл-10	4-65
40	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-27, Угл-6	13-53
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	1-81
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
11	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	0-77
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-361, Б-15, Ж-11, Угл-52	40-95
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 430, Б-52, Ж-45, Угл-205	101-26