

## меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
150	<b>Каша Ячневая или Пшеничная молочная</b> <small>ячма, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-5, Ж-6, Угл-17	9-22
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	3-49
180	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-14	8-22
15	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8	1-73
11	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	0-77
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>23-43</b>
<b>Завтрак 2</b>			
100	<b>Компот из смеси смородина, вишня, яблоко</b> <small>ягодно-фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-22, Угл-5	3-22
<b>Итого за Завтрак 2</b>			<b>3-22</b>
<b>Обед</b>			
30	<b>Икра свекольная с луком</b> <small>свекла св, лук репка, масло растительное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок св</small>	ККАЛ-20, Ж-1, Угл-3	11-74
150	<b>Щи с брокколи или цветной капустой</b> <small>капустка белокочанная св/мор, морковь св, лук репка, масло растительное, сметана 15%, томат-паста, соль йодированная, зелень сушен (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-44, Б-1, Ж-3, Угл-3	6-58
160	<b>Мясо духовое с овощами</b> <small>картофель св, свинина мясная п/ф, морковь св, лук репка, масло растительное, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-252, Б-10, Ж-16, Угл-18	30-36
150	<b>Компот из чернослив</b> <small>чернослив без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-46, Угл-11	3-33
24	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-56, Б-2, Угл-12	2-10
21	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	1-53
<b>Итого за Обед</b>			<b>55-64</b>
<b>Полдник</b>			
30	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5	5-21
20	<b>Печенье</b>	ККАЛ-81, Б-1, Ж-2, Угл-15	4-86
150	<b>Кисель из вишни</b> <small>вишня блк св/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-41, Угл-10	5-56
<b>Итого за Полдник</b>			<b>15-63</b>
<b>Ужин</b>			
29	<b>Огурец солёный консервированный</b>	ККАЛ-3	3-60
160	<b>Омлет</b> <small>яичо стлзловое, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-200, Б-12, Ж-15, Угл-4	24-63
180	<b>Чай с брусничкой</b> <small>сахар-песок, брусника св/мор, чай байховый</small>	ККАЛ-31, Угл-8	2-78
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>			<b>33-46</b>
<b>Итого за день</b>			<b>131-38</b>