

## меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
150	<b>Суп молочный с крупой</b> <small>пшено шлифованное, молоко сухое 25%, мясо свиное 72,3%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-114, Б-4, Ж-5, Угл-14	7-86
10	<b>Сыр твердый</b>	ККАЛ-31, Б-2, Ж-2	3-50
180	<b>Кофейный напиток на молоке</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	ККАЛ-111, Б-4, Ж-4, Угл-14	8-20
17	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-44, Б-1, Ж-1, Угл-9	=
11	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-319, Б-13, Ж-12, Угл-40	19-56
<b>Завтрак 2</b>			
100	<b>Компот из смеси смородина, вишня, яблоко</b> <small>яблоко фруктовое смесь смор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-22, Угл-5	2-53
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-22, Угл-5	2-53
<b>Обед</b>			
30	<b>Салат Лука (фасоль, морковь)</b> <small>морковь св, фасоль, лук репка, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-35, Б-2, Ж-1, Угл-4	2-81
150	<b>Борщ с картофелем</b> <small>картофель св, свекла св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, чеснок св, зелень сушеная (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-55, Б-1, Ж-3, Угл-7	5-32
50	<b>Суфле куриное</b> <small>куриная грудка, яйцо столовое, масло сливочное 72,3%, мука в/с, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-92, Б-11, Ж-4, Угл-2	20-30
110	<b>Капуста тушеная с томатом</b> <small>капуста белокачанная св, морковь св, лук репка, масло сливочное 72,3%, томат-паста, соль йодированная, сахар-песок, мука в/с</small>	ККАЛ-54, Б-2, Ж-2, Угл-8	10-11
150	<b>Напиток из вишни</b> <small>вишня сухая, сахар-песок</small>	ККАЛ-57, Угл-14	4-19
26	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-61, Б-2, Угл-13	=
22	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-38, Б-1, Угл-7	=
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-392, Б-20, Ж-10, Угл-55	42-73
<b>Полдник</b>			
50	<b>Сдобный Зайчик в сахаре</b> <small>мука в/с, сахар-песок, яйцо столовое, масло сливочное 72,3%, молоко сухое 25%, масло растительное, дрожжи сух, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-174, Б-5, Ж-4, Угл-29	6-52
150	<b>Кисель из облепихи</b> <small>облепиха св/мор, сахар-песок, крахмал, мармеладный</small>	ККАЛ-43, Ж-1, Угл-9	4-42
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-217, Б-5, Ж-5, Угл-39	10-94
<b>Ужин</b>			
60	<b>Ежики из мяса в томатно-сметанном соусе</b> <small>говядина однострунная для руб, изюм, свинина мясная п/ф, лук репка, рис, мука в/с, сметана 15%, масло растительное, яйцо столовое, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-116, Б-5, Ж-8, Угл-6	14-91
110	<b>Макаронные изделия отварные с маслом</b> <small>макаронные изделия в/с, масло сливочное 72,3%, соль йодированная</small>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-3, Угл-26	4-44
30	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки сладкие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5	7-89
180	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-26, Угл-6	1-79
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	=
11	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	=
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-373, Б-12, Ж-11, Угл-57	29-03
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 323, Б-49, Ж-38, Угл-196	104-79