

## меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
150	<b>Каша Манная молочная</b> <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16	9-00
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	3-26
180	<b>Кофейный напиток шоколадный</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, кофейный напиток, какао-порошок</small>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-3, Угл-12	6-68
13	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	=
11	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-19, Б-1, Угл-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-287, Б-9, Ж-11, Угл-38	<b>18-94</b>
<b><u>Завтрак 2</u></b>			
100	<b>Компот из брусники и фруктов (яблоко или груша)</b> <small>брусника св/мор, яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5	4-89
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-20, Угл-5	<b>4-89</b>
<b><u>Обед</u></b>			
27	<b>Огурец солёный консервированный</b>	ККАЛ-3	6-90
150	<b>Суп овощной с фасолью</b> <small>картофель св, капуста белокачанная св, фасоль стручковая св/мор, морковь св, лук репка, масло растительное, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-52, Б-1, Ж-3, Угл-6	8-96
50	<b>Курица по - Русски</b> <small>куриная грудка, лук репка, морковь св, сметана 15%, молоко сухое 25%, масло растительное, мука в/с, масло сливочное 72,5%, тмин-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-82, Б-8, Ж-4, Угл-3	19-81
110	<b>Пюре картофельное мягкое</b> <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-99, Б-2, Ж-4, Угл-14	4-29
150	<b>Компот из черносмородины</b> <small>черносмородина без косточки, сахар-песок</small>	ККАЛ-46, Угл-11	5-54
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	=
<b>Итого за Обед</b>		ККАЛ-377, Б-16, Ж-11, Угл-53	<b>47-60</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
50	<b>Ватрушка с повидлом</b> <small>мука в/с, повидло фруктовое, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная, дрожжи сух, ванилин</small>	ККАЛ-163, Б-4, Ж-4, Угл-29	6-23
150	<b>Кисель из сока фруктового</b> <small>сок фруктовый, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-79, Угл-19	8-26
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-242, Б-4, Ж-4, Угл-47	<b>14-49</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
30	<b>Салат Розовые щечки</b> <small>свекла св, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-24, Ж-1, Угл-2	4-67
150	<b>Омлет</b> <small>яйцо столовое, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-188, Б-12, Ж-14, Угл-4	30-44
180	<b>Чай витаминный</b> <small>шотовник сухой, сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-34, Угл-8	0-70
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	=
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-311, Б-14, Ж-16, Угл-28	<b>37-49</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 236, Б-43, Ж-42, Угл-171	<b>123-41</b>