

меню (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
150	Каша Манная молочная <small>манка, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16	7-42
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-38
180	Чай с молоком сгущенным <small>молоко сгущенное с/с 8,5%, чай байховый</small>	ККАЛ-80, Б-2, Ж-2, Угл-14	6-33
14	Батон белый	ККАЛ-36, Б-1, Угл-7	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Завтрак			17-13
Завтрак 2			
100	Напиток из ягоды св/мор <small>ягода фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблочно), сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6	2-17
Итого за Завтрак 2			2-17
Обед			
30	Салат свекла с сыром <small>свекла св, сыр твердый, масло растительное, соль поваренная</small>	ККАЛ-37, Б-2, Ж-3, Угл-2	4-60
150	Щи Русские <small>капуста белокочанная св, картофель св, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-63, Б-1, Ж-4, Угл-5	4-89
50	Суфле рыбное <small>горбуша с/с потрош, хлеб белый, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-70, Б-7, Ж-2, Угл-5	3-26
110	Пюре картофельно - морковное <small>картофель св, морковь св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-97, Б-2, Ж-5, Угл-11	9-39
150	Компот из яблок изюма <small>яблоки свежие, изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	3-10
25	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-59, Б-2, Угл-12	2-10
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5	=
Итого за Обед			27-34
Полдник			
20	Печенье	ККАЛ-81, Б-1, Ж-2, Угл-15	4-50
30	Груша запеченная (дальки) <small>груши свежие, сахар-песок, масло сливочное 72,5%</small>	ККАЛ-27, Ж-1, Угл-1	14-18
150	Кисель из вишни <small>вишня бл/с/мор, сахар-песок, крахмал картофельный</small>	ККАЛ-41, Угл-10	5-41
Итого за Полдник			24-09
Ужин			
190	Мясные рулетики в бульоне <small>мясо в/с, свиная мякоть в/ф, говядина односортовая для руб, изделий, лук репка, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-241, Б-11, Ж-13, Угл-21	24-97
180	Чай витаминный <small>малопенок сухой, сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-34, Угл-8	3-47
20	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Ужин			30-12
Итого за день			100-85