

## 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 Геркулес молочная</b> <small>геркулес, молоко сухое 25%, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-117, Б-4, Ж-5, Угл-15	6-48
5	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-29, Ж-3	3-38
180	<b>Чай с молоком</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	4-73
15	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8	1-73
10	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
<b>Итого за Завтрак</b>		ККАЛ-271, Б-8, Ж-11, Угл-36	17-09
<b>Завтрак 2</b>			
100	<b>Напиток из ягоды св/мор</b> <small>ягодно-фруктовая смесь св/мор(смородина, вишня, яблоко), сахар-песок</small>	ККАЛ-25, Угл-6	0-31
<b>Итого за Завтрак 2</b>		ККАЛ-25, Угл-6	0-31
<b>Обед</b>			
30	<b>Икра овощная</b> <small>морковь св, свекла св, лук репка, масло растительное, лимон свежий, соль йодированная, сахар-песок</small>	ККАЛ-27, Ж-2, Угл-2	1-96
150	<b>Суп Волна</b> <small>картофель св, морковь св, яйцо столовое, лук репка, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-81, Б-2, Ж-5, Угл-8	6-60
50	<b>Котлеты или биточки с мясом "Особые"</b> <small>свинина мясная п/ф, говядина одноосердная для руб. изделий, хлеб белый, сухари паниров., яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-7, Ж-9, Угл-8	21-30
110	<b>Гарнир каша перловая вязкая</b> <small>перловка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-3, Угл-14	3-49
30	<b>Соус Томат</b> <small>томат-паста, мука в/с, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-19, Ж-1, Угл-1	0-97
150	<b>Компот из изюма</b> <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	3-10
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-498, Б-16, Ж-19, Угл-65	41-05
<b>Полдник</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	7-02
146	<b>Молоко свежее пастеризованное</b>	ККАЛ-78, Б-4, Ж-4, Угл-6	9-75
<b>Итого за Полдник</b>		ККАЛ-241, Б-7, Ж-8, Угл-35	16-77
<b>Ужин</b>			
50	<b>Яблоки печеные (дольки)</b> <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-34, Угл-8	0-18
100	<b>Сырники творожные пластовые</b> <small>творог свежий, сахар, манка, мука, яйцо, сметана 15%, масло растительное, соль, ванилин</small>	ККАЛ-237, Б-17, Ж-9, Угл-23	25-65
50	<b>Соус ваниль молочная</b> <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-3, Угл-8	4-33
180	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-72
20	<b>Хлеб пшеничный белый</b>	ККАЛ-47, Б-2, Угл-10	1-68
10	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	0-77
<b>Итого за Ужин</b>		ККАЛ-427, Б-21, Ж-12, Угл-59	33-33
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1462, Б-52, Ж-50, Угл-201	108-55