

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 йодированная</small>	ККАЛ-120, Б-4, Ж-4, Угл-16	7-40
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-25
180	Чай карамель молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-91, Б-3, Ж-3, Угл-12	6-69
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Завтрак		ККАЛ-296, Б-9, Ж-12, Угл-39	17-34
Завтрак 2			
100	Компот из брусники и фруктов (яблоко или груша) <small>брусника свежая, яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Угл-5	2-43
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-20, Угл-5	2-43
Обед			
30	Закуска свекла с чесноком <small>свекла св, масло растительное, чеснок св, соль йодированная</small>	ККАЛ-23, Ж-1, Угл-2	2-17
150	Щи Русские <small>капусты белокочанная св, картофель св, морковь св, лук репчат, сметана 15%, масло растительное, соль йодированная, зелень сушен (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-63, Б-1, Ж-4, Угл-5	4-48
50	Запеканка Донская рыбная <small>сербинка без шпорок, яйца столовые, хлеб белый, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-87, Б-10, Ж-4, Угл-2	2-40
110	Пюре картофельно - морковное <small>картофель св, морковь св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-97, Б-2, Ж-5, Угл-11	10-98
150	Компот из изюма <small>изюм, сахар-песок</small>	ККАЛ-52, Угл-13	3-08
26	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-61, Б-2, Угл-13	=
15	Хлеб ржаной	ККАЛ-26, Б-1, Угл-5	=
Итого за Обед		ККАЛ-409, Б-17, Ж-15, Угл-51	23-11
Полдник			
50	Булочка Ёжик <small>мука в/с, масло сливочное 72,5%, яйцо столовое, сахар-песок, молоко сухое 25%, дрожжи сух, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-176, Б-5, Ж-5, Угл-28	7-75
150	Кисель Светлячок шоколадный <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, крахмал картофельный, какао-порошок, ванилин</small>	ККАЛ-115, Б-4, Ж-4, Угл-16	8-64
Итого за Полдник		ККАЛ-291, Б-9, Ж-9, Угл-44	16-39
Ужин			
40	Яблоки, груши печеные <small>яблоки свежие, груши свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-28, Угл-4	9-75
150	Макароны отварные с сыром <small>макаронные изделия в/с, сыр твердый, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-220, Б-8, Ж-6, Угл-33	11-63
200	Чай витаминный <small>шиповник сушен, сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-37, Угл-9	3-04
21	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-49, Б-2, Угл-10	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Ужин		ККАЛ-352, Б-10, Ж-7, Угл-60	24-42
Итого за день		ККАЛ-1368, Б-45, Ж-42, Угл-199	83-69