

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 Дружба (рис, пшено) <small>молоко сухое 25%, пшено шлифованное, рис, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-140, Б-4, Ж-5, Угл-18	9-36
5	Масло сливочное	ККАЛ-29, Ж-3	3-33
180	Чай с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-69, Б-2, Ж-2, Угл-10	4-71
15	Батон белый	ККАЛ-39, Б-1, Угл-8	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Завтрак		ККАЛ-295, Б-9, Ж-11, Угл-39	17-40
Завтрак 2			
103	Напиток Росинка чайный <small>сок фруктовый, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-31, Угл-7	6-80
Итого за Завтрак 2		ККАЛ-31, Угл-7	6-80
Обед			
30	Икра морковная или свекольная <small>морковь св, лук репка, масло растительное, сахар-песок</small>	ККАЛ-20, Ж-1, Угл-3	2-29
150	Суп Водяной (морская капуста) <small>картофель св, яйцо столовое, капуста морская св/мор, лук репка, сметана 15%, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-88, Б-2, Ж-5, Угл-8	5-52
50	Котлеты или биточки с мясом <small>говядина односортовая для руб, изделий, свинина мясная и/ф, хлеб белый, сухари паниров, яйцо столовое, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-136, Б-8, Ж-9, Угл-6	18-93
110	Гарнир каша гречка вязкая <small>гречка здрнца, соль йодированная</small>	ККАЛ-77, Б-3, Ж-1, Угл-14	9-82
30	Соус Красный <small>морковь св, лук репка, мука в/с, масло растительное, томат-паста, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-14, Ж-1, Угл-1	=
150	Компот из сухофруктов <small>сухофрукты, сахар-песок</small>	ККАЛ-44, Угл-11	2-39
24	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-56, Б-2, Угл-12	=
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-34, Б-1, Угл-7	=
Итого за Обед		ККАЛ-470, Б-17, Ж-17, Угл-61	38-95
Полдник			
49	Ватрушка с повидлом <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-160, Б-3, Ж-4, Угл-28	6-84
151	Молоко свежее пастеризованное	ККАЛ-81, Б-4, Ж-4, Угл-6	=
Итого за Полдник		ККАЛ-240, Б-8, Ж-8, Угл-35	6-84
Ужин			
101	Сырники творожные Забава" <small>творог свежий 9% карottage си, мука в/с, яйцо столовое, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, масло растительное, соль йодированная, ванилин</small>	ККАЛ-194, Б-12, Ж-8, Угл-17	3-88
50	Соус ваниль молочная <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, мука в/с, масло сливочное 72,5%, ванилин</small>	ККАЛ-64, Б-2, Ж-3, Угл-8	4-31
180	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-29, Угл-7	0-70
40	Яблоки печеные (дольки) <small>яблоки свежие, сахар-песок</small>	ККАЛ-27, Угл-6	0-22
19	Хлеб пшеничный белый	ККАЛ-45, Б-1, Угл-9	=
10	Хлеб ржаной	ККАЛ-17, Б-1, Угл-3	=
Итого за Ужин		ККАЛ-375, Б-16, Ж-11, Угл-52	9-11
Итого за день		ККАЛ-1 410, Б-50, Ж-48, Угл-194	79-10