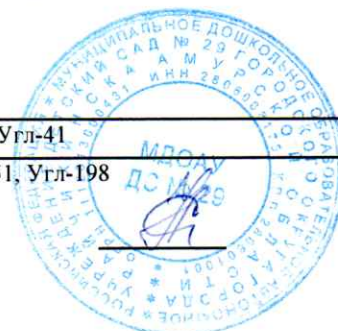


**(1,5-3 года ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
165	<b>Каша молочная манная со сливочным маслом</b>	кКал-166, Белки-5, Жиры-7, Угл-20
4	<b>Сыр порционный</b>	кКал-13, Белки-1, Жиры-1
20	<b>Батон нарезной</b>	кКал-47, Белки-2, Угл-10
5	<b>Масло сливочное</b>	кКал-33, Жиры-4
150	<b>Какао-напиток с молоком</b>	кКал-56, Белки-2, Жиры-2, Угл-9
<b>Итого за Завтрак1</b>		кКал-315, Белки-10, Жиры-14, Угл-39
<b><u>Завтрак2</u></b>		
180	<b>Сок</b>	кКал-83, Белки-1, Угл-18
180	<b>Вода детская питьевая</b>	
<b>Итого за Завтрак2</b>		кКал-83, Белки-1, Угл-18
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Салат Свеколка</b>	кКал-24, Белки-1, Жиры-1, Угл-3
150	<b>Суп куриный с домашней лапшой</b>	кКал-132, Белки-6, Жиры-5, Угл-19
110	<b>Тефтели мясо-крупяные</b>	кКал-142, Белки-17, Жиры-17, Угл-14
10	<b>Соус красный</b>	кКал-8, Угл-1
160	<b>Компот из сухофруктов</b>	кКал-84, Угл-20
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-24, Белки-1, Угл-5
40	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-79, Белки-2, Угл-16
<b>Итого за Обед</b>		кКал-493, Белки-27, Жиры-23, Угл-78
<b><u>Полдник</u></b>		
180	<b>Молоко питьевое</b>	кКал-104, Белки-5, Жиры-6, Угл-8
30	<b>Ватрушка с творогом</b>	кКал-97, Белки-4, Жиры-3, Угл-14
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-201, Белки-9, Жиры-9, Угл-22
<b><u>Ужин</u></b>		
120	<b>Каша перловая со сливочным маслом</b>	кКал-127, Белки-3, Жиры-3, Угл-21
60	<b>Рыба с овощами</b>	кКал-133, Белки-28, Жиры-2, Угл-1
180	<b>Чай с лимоном.</b>	кКал-37, Угл-9
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-47, Белки-2, Угл-10
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-344, Белки-33, Жиры-5, Угл-41
<b>Итого за</b>		кКал-1 436, Белки-80, Жиры-51, Угл-198



**(3-7 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
170	<b>Каша молочная манная со сливочным маслом</b>	кКал-171, Белки-5, Жиры-7, Угл-21
6	<b>Сыр порционный</b>	кКал-20, Белки-1, Жиры-2
40	<b>Батон нарезной</b>	кКал-94, Белки-3, Угл-19
8	<b>Масло сливочное</b>	кКал-53, Жиры-6
180	<b>Какао-напиток с молоком</b>	кКал-68, Белки-2, Жиры-2, Угл-10
<b>Итого за Завтрак1</b>		кКал-406, Белки-11, Жиры-17, Угл-50
<b><u>Завтрак2</u></b>		
210	<b>Сок</b>	кКал-97, Белки-1, Угл-21
200	<b>Вода детская питьевая</b>	
<b>Итого за Завтрак2</b>		кКал-97, Белки-1, Угл-21
<b><u>Обед</u></b>		
70	<b>Салат Свеколка</b>	кКал-56, Белки-1, Жиры-2, Угл-8
180	<b>Суп куриный с домашней лапшой</b>	кКал-158, Белки-8, Жиры-7, Угл-23
150	<b>Тефтели мясо-крупяные</b>	кКал-194, Белки-24, Жиры-23, Угл-19
20	<b>Соус красный</b>	кКал-16, Жиры-1, Угл-2
180	<b>Компот из сухофруктов</b>	кКал-94, Угл-22
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-47, Белки-2, Угл-10
50	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-99, Белки-3, Жиры-1, Угл-20
<b>Итого за Обед</b>		кКал-664, Белки-38, Жиры-34, Угл-104
<b><u>Полдник</u></b>		
210	<b>Молоко питьевое</b>	кКал-122, Белки-6, Жиры-7, Угл-10
45	<b>Ватрушка с творогом</b>	кКал-146, Белки-6, Жиры-5, Угл-21
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-268, Белки-12, Жиры-12, Угл-31
<b><u>Ужин</u></b>		
130	<b>Каша перловая со сливочным маслом</b>	кКал-138, Белки-3, Жиры-4, Угл-23
70	<b>Рыба с овощами</b>	кКал-155, Белки-32, Жиры-2, Угл-1
180	<b>Чай с лимоном</b>	кКал-37, Угл-9
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-47, Белки-2, Угл-10
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-377, Белки-37, Жиры-6, Угл-43
<b>Итого за</b>		кКал-1 812, Белки-99, Жиры-69, Угл-249

