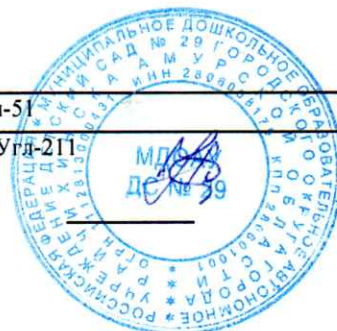


**(1,5-3 года ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
160	<b>Каша молочная кукурузная со сливочным маслом</b>	кКал-137, Белки-5, Жиры-5, Угл-19
150	<b>Какао-напиток с молоком</b>	кКал-56, Белки-2, Жиры-2, Угл-9
20	<b>Батон нарезной</b>	кКал-47, Белки-2, Угл-10
5	<b>Масло сливочное</b>	кКал-33, Жиры-4
4	<b>Сыр порционный</b>	кКал-13, Белки-1, Жиры-1
<b>Итого за Завтрак1</b>		кКал-286, Белки-10, Жиры-12, Угл-38
<b><u>Завтрак2</u></b>		
200	<b>Вода детская питьевая</b>	
180	<b>Сок</b>	кКал-83, Белки-1, Угл-18
<b>Итого за Завтрак2</b>		кКал-83, Белки-1, Угл-18
<b><u>Обед</u></b>		
30	<b>Салат Жемчужный</b>	кКал-52, Жиры-1, Угл-2
150	<b>Свекольник с мясом и сметаной</b>	кКал-145, Белки-7, Жиры-7, Угл-18
110	<b>Каша пшеничная со сливочным маслом</b>	кКал-124, Белки-3, Жиры-4, Угл-20
50	<b>Гуляш с мясом</b>	кКал-73, Белки-7, Жиры-7, Угл-1
160	<b>Компот из сухофруктов</b>	кКал-84, Угл-20
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-47, Белки-2, Угл-10
40	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-79, Белки-2, Угл-16
<b>Итого за Обед</b>		кКал-604, Белки-21, Жиры-19, Угл-87
<b><u>Полдник</u></b>		
20	<b>Ватрушка с творогом</b>	кКал-65, Белки-3, Жиры-2, Угл-9
180	<b>Молоко питьевое</b>	кКал-104, Белки-5, Жиры-6, Угл-8
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-169, Белки-8, Жиры-8, Угл-17
<b><u>Ужин</u></b>		
180	<b>Суп овощной</b>	кКал-156, Белки-7, Жиры-6, Угл-23
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-94, Белки-3, Угл-19
180	<b>Чай с лимоном</b>	кКал-37, Угл-9
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-287, Белки-10, Жиры-6, Угл-51
<b>Итого за</b>		кКал-1 429, Белки-50, Жиры-45, Угл-211



**(3-7 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

**Завтрак1**

170	<b>Каша молочная кукурузная со сливочным маслом</b>	кКал-145, Белки-5, Жиры-5, Угл-21
170	<b>Какао-напиток с молоком</b>	кКал-64, Белки-2, Жиры-2, Угл-10
40	<b>Батон нарезной</b>	кКал-94, Белки-3, Угл-19
10	<b>Масло сливочное</b>	кКал-66, Жиры-7
6	<b>Сыр порционный</b>	кКал-20, Белки-1, Жиры-2
<b>Итого за Завтрак1</b>		кКал-389, Белки-11, Жиры-16, Угл-50

**Завтрак2**

200	<b>Вода детская питьевая</b>	
210	<b>Сок</b>	кКал-97, Белки-1, Угл-21
<b>Итого за Завтрак2</b>		кКал-97, Белки-1, Угл-21

**Обед**

50	<b>Салат Жемчужный</b>	кКал-87, Белки-1, Жиры-2, Угл-3
180	<b>Свекольник с мясом и сметаной</b>	кКал-174, Белки-8, Жиры-8, Угл-22
130	<b>Каша пшенная со сливочным маслом</b>	кКал-146, Белки-4, Жиры-4, Угл-23
80	<b>Гуляш с мясом</b>	кКал-116, Белки-11, Жиры-11, Угл-2
180	<b>Компот из сухофруктов</b>	кКал-94, Угл-22
10	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-24, Белки-1, Угл-5
50	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-99, Белки-3, Жиры-1, Угл-20
<b>Итого за Обед</b>		кКал-740, Белки-28, Жиры-26, Угл-97

**Полдник**

40	<b>Ватрушка с творогом</b>	кКал-130, Белки-6, Жиры-4, Угл-18
210	<b>Молоко питьевое</b>	кКал-122, Белки-6, Жиры-7, Угл-10
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-252, Белки-12, Жиры-11, Угл-28

**Ужин**

200	<b>Суп овощной</b>	кКал-173, Белки-8, Жиры-7, Угл-25
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-71, Белки-2, Угл-14
180	<b>Чай с лимоном</b>	кКал-37, Угл-9
<b>Итого за Ужин</b>		кКал-281, Белки-10, Жиры-7, Угл-48
<b>Итого за</b>		кКал-1 759, Белки-62, Жиры-60, Угл-244

