

Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	<i>Каша вязкая молочная Дружба</i>	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18, Витамин С-1	5-24
108	<i>Чай с молоком или сливками</i>	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	2-05
18	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-23
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-90
Итого за завтрак			13-42
<u>2 завтрак</u>			
97	<i>Напиток из вишни</i>	Калорийность-44, Углеводы-11, Витамин С-1	4-14
Итого за 2 завтрак			4-14
<u>обед</u>			
20	<i>Кабачковая икра (промышленного производства)</i>	Калорийность-16, Жиры-1, Углеводы-2, Витамин С-2	2-34
155	<i>Щи из свежей капусты с картофелем</i>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-11	4-90
4	<i>Сметана</i>	Калорийность-6, Жиры-1	0-89
148	<i>Макаронник с печенью</i>	Калорийность-332, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-42, Витамин С-9	25-91
150	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	3-32
18	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-42, Белки-1, Углеводы-9	1-23
41	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-86, Белки-2, Углеводы-18	2-50
Итого за обед			41-09
<u>Уплотненный полдник</u>			
14	<i>Салат из горошка зеленого консервированного</i>	Калорийность-12, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-1, Витамин С-2	3-22
65	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	Калорийность-102, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-1	20-74
150	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-42, Углеводы-10	0-57
9	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	0-61
1	<i>Соль</i>		0-01
Итого за Уплотненный полдник			25-15
Итого за день			83-80