

Меню с 1-3 г.	Выход готовых блюдов	Б	Ж	У	К	Меню с 3-7 л.	Выход готовых блюдов	Б	Ж	У	К
Завтрак						Завтрак					
Каша рисовая	150	3,98	4,05	21,5	138	Каша рисовая	200	5,3	5,4	28,7	138
Какао с молоком	150	3,45	2,7	9,45	75,3	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100
Хлеб пшеничный с повидлом	25/7	1,95	3,85	12,5	91,5	Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	2,38	7,52	15,05	105,8
Второй завтрак						Второй завтрак					
Фрукты	90	0,23	0	11,3	90,3	Сок фруктовый	180	0,72	0	20,7	122
Обед						Обед					
Суп с рыбными консервами	150	5,93	2,88	9,33	86,8	Суп с рыбными консервами	200/8	7,9	3,84	12,4	116
Тефтели из говядины	50	6,6	6,7	6,2	110,9	Тефтели из говядины	70	9,2	9,3	8,6	155,3
Макароны	120	4,3	3,9	26,2	157	Макароны	150	5,4	4,9	32,8	198
Компот курага/изюм+вит. С	150/0,0035	0,7	0,04	20,6	82	Компот курага/изюм+вит. С	200/0,005	1	0,05	27,5	110
Хлеб ржаной	34	1,77	0,41	16,9	72,8	Хлеб ржаной	43	2,24	0,52	21,4	92
Полдник						Полдник					
Суп-пюре с гренками	150/15	2,5	5	11	101	Суп-пюре с гренками	200/20	3,3	6,7	14,1	134
Чай с сахаром	150	0,15	0	4,88	20,1	Чай с сахаром	200	0,2	0,03	6,5	26,8
Всего за день :		31,56	29,53	149,9	1025,7	Всего за день калорий:		42,2	41,9	200	1298