Меню (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>			
150	<i>Каша овсянная жидкая молочная</i>	Калорийность-125, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-18	10-45
180	<i>Кофейный напиток с молоком сгущенным</i>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-19	8-19
5	<i>Масло порциями</i>	Калорийность-33, Жиры-4	4-24
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
Итого за завтрак		Калорийность-307, Белки-8, Жиры-11, Углеводы-47	24-21
<u>2 завтрак</u>			
100	<i>Компот из изюма</i>	Калорийность-57, Углеводы-14	3-02
Итого за 2 завтрак		Калорийность-57, Углеводы-14	3-02
<u>обед</u>			
150	<i>Щи со сметаной</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-11	3-44
50	<i>Биточки паровые</i>	Калорийность-55, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-3	29-41
110	<i>Каша перловая вязкая</i>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-16	4-12
50	<i>Салат из свеклы и моркови</i>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4, Витамин С-5	3-30
150	<i>Компот из сушеных фруктов</i>	Калорийность-86, Углеводы-21	2-81
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-33
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	1-82
Итого за обед		Калорийность-466, Белки-11, Жиры-14, Углеводы-72, Витамин С-16	46-23
<u>Уплотненный полдник</u>			
80	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	Калорийность-125, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-2	14-19
80	<i>Кекс Детский</i>	Калорийность-310, Белки-5, Жиры-15, Углеводы-40	23-71
100	<i>Яблоки свежие</i>	Калорийность-44, Углеводы-10, Витамин С-10	11-79
150	<i>Чай без сахара</i>	Калорийность-39, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-1, Витамин С-12	0-11
15	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	1-00
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-553, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-60, Витамин С-22	50-85
Итого за день		Калорийность-1 383, Белки-38, Жиры-51, Углеводы-193, Витамин С-38	124-31
Утвердил заведующий Калькулятор	Штефко Анна Ивановна Овечкина Марина Витальевна	Кладовщик Овечкина Марина Витальевна	Повар Елкина Т.И.