

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
День 1							
	От 1 года до 3 лет						
Завтрак	Каша гречневая	130	3,29	3,33	16,17	103,8	27
	Кофейный напиток	180	0,25	0,25	7,05	29,81	44
	Батон	20	1,51	0,18	9,34	42,71	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
	Яйцо вареное	17,4	4,41	4	0,24	54,6	104
Итого за завтрак		352,4	9,48	11,88	32,84	268,29	
	От 3 лет до 7 лет						
Завтрак	Каша гречневая	150	3,79	3,46	18,65	116,32	27
	Кофейный напиток	200	0,27	0,28	8,06	33,95	44
	Батон	35	2,65	0,31	16,34	74,75	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
	Яйцо вареное	17,4	4,41	4	0,24	54,60	104
Итого за завтрак		407,4	11,14	12,17	43,33	316,99	
	От 1 года до 3 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	42	
	От 3 лет до 7 лет						
Второй завтрак	Сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	42	
	От 1 года до 3 лет						
Обед	Салат морковный	30	,36	1,52	2,43	24,31	72
	Суп гороховый на мясном бульоне	150	2,63	3,86	7,4	71,03	81
	Пудинг из печени	50	10,04	4,76	4,36	99,38	89
	Картофельное пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Напиток из свежих фруктов	150	0,05	0,05	8,9	34,15	52
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		530	18,86	14,29	58,51	421,74	
	От 3 лет до 7 лет						
Обед	Салат морковный	50	0,60	2,54	4,05	40,52	72
	Суп гороховый на мясном бульоне	200	4,62	3,70	14,2	105,09	81
	Пудинг из печени	70	13,45	6,31	5,33	130,66	89

	Картофельное пюре	130	3,74	5,65	24,67	158,37	24
	Напиток из свежих фруктов	200	0,07	0,07	11,87	45,53	52
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
Итого за обед		700	25,78	18,87	77,22	562,87	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	50	3,59	6,71	12,11	122,08	12
	Напиток из сухофруктов	180	0,35	-	13,55	52,26	53
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Яблоко	52,8	0,21	0,21	5,17	22,17	102
Итого за уплотненный полдник		412,8	6,42	7,19	44,84	260,59	
От 3 лет до 7 лет							
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	180	4,36	7,78	14,42	143,92	12
	Напиток из сухофруктов	200	0,39	-	15,06	58,07	53
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Яблоко	52,8	0,21	0,21	5,17	22,17	120
Итого за уплотненный полдник		462,8	7,23	8,26	48,66	288,24	
От 1 года до 3 лет							
Итого за день		1395,2	35,16	33,76	145,99	992,62	
От 3 лет до 7 лет							
Итого за день		1670,2	44,55	39,7	179,01	1210,10	