

Меню (1 – 3 года)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 2						
завтрак	Каша молочная в ассортименте	150	4,3	4,3	18,6	130
	Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	7,2	69
	Какао с молоком	180	2,7	2,9	12,7	88
итого за завтрак		360	11,2	9,8	38,5	287,0
Второй завтрак	Яблоки печеные	130	0,6	0,6	15,5	70
итого за второй завтрак			0,6	0,6	15,5	70
обед	Салат из моркови и яблок	40	0,6	3,1	6,5	56
	Суп гороховый с гренками	150/5	2,9	2,2	16,5	97
	Жаркое домашнему	150	8,5	9,6	19,0	196
	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	15,0	61
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39
	Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51
итого за обед		535	13,2	15,6	77,1	501,4
полдник	Кондитерское изделие промышленного производства	30	2,2	3,1	14,0	92
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	107
итого за полдник		210	7,4	8,9	22,5	199,4
Итого за день:			32	35	154	1058

Меню (3- 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 2						
завтрак	Каша молочная ассорти	200	6,5	6,5	21,2	169
	Бутерброд с сыром	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3
	Какао с молоком	200	3,3	4,2	15,9	115
итого за завтрак		435	15,1	14,4	44,2	366,8
Второй завтрак	Яблоки печеные	150	0,7	0,7	20,1	88,9
итого за второй завтрак			0,7	0,7	20,1	88,9
обед	Салат из моркови и яблок	60	0,8	4,1	7,5	70
	Суп гороховый с гренками	180/20	4,4	3,1	22,9	137
	Жаркое домашнему	200	11,3	12,9	22,7	252
	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	20,0	81,4
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39
	Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69
итого за обед		660	17,9	20,9	97,0	648
полдник	Кондитерское изделие промышленного производства	50	2,8	3,9	25,4	148
	Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	11,8
итого за полдник			8,6	10,3	34,8	266
Итого за день:			42	46	196	1370