

ДС №1 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
170	Каша манная молочная жидкая.. <i>Крупа Манная , Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-176
200	Кофейный напиток <i>Кофейный напиток , Сахар-песок</i>	Калорийность-51
20/10	Хлеб с сыром. <i>Хлеб пшеничный нарезка, Сыр п-твердый</i>	Калорийность-65
Итого за Завтрак		Калорийность-292
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок.	Калорийность-42
Итого за Завтрак2		Калорийность-42
<u>Обед</u>		
200	Щи из свежей капусты с картофелем <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана 15% , Масло подсолнечное раф, Соль йодированная</i>	Калорийность-68
130	Каша гречневая <i>Крупа Греча , Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-208
70	Птица тушеная <i>Тушка цыпленка бройлера , Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-109
50	Хлеб ржаной	Калорийность-87
Итого за Обед		Калорийность-472
<u>Полдник</u>		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-113
30	Печенье	Калорийность-113
Итого за Полдник		Калорийность-226
<u>Ужин</u>		
130	Винегрет овощной <i>Картофель, Свекла, Морковь, Огурцы консерв., Лук репчатый, Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-123
50	Котлеты, биточки, шницели мясные. <i>Мясо свинины нежирное, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с обогащенная, Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-67
180	Чай. <i>Чай черный , Сахар-песок</i>	Калорийность-34
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71
Итого за Ужин		Калорийность-295
Итого за		Калорийность-1 327