

ДС №1 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
170	Омлет паровой <i>Яйцо столовое, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-314
200	Какао с молоком. <i>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>	Калорийность-119
25/5	Хлеб с маслом <i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-102
Итого за Завтрак		Калорийность-535
<u>Завтрак2</u>		
100	Фруктово - ягодный напиток <i>Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок</i>	Калорийность-51
Итого за Завтрак2		Калорийность-51
<u>Обед</u>		
40	Салат из горошка зеленого консервированного, <i>Горошек зеленый консервы, Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-33
200	Суп картофельный с рыбными фрикадельками <i>Рыба (Минтай, сельдь св/мор), Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное раф, Яйцо столовое, Соль йодированная</i>	Калорийность-87
130	Каша пшеничная <i>Крупа Пшено, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-146
70	Птица тушеная. <i>Тушка цыпленка бройлера, Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-109
180	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф). <i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>	Калорийность-102
50	Хлеб ржаной.	Калорийность-87
Итого за Обед		Калорийность-564
<u>Полдник</u>		
200	Кисель <i>Кисель, Сахар-песок</i>	Калорийность-61
45	Батон нарезной	Калорийность-119
Итого за Полдник		Калорийность-180
<u>Ужин</u>		
150	Макаронны, запеченные с сыром <i>Макаронные изделия, Масло сливочное обогащенное, Сыр п-твердый</i>	Калорийность-278
200	Чай. <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	Калорийность-37
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71
150	Фрукты или ягоды свежие	Калорийность-66
Итого за Ужин		Калорийность-452
Итого за		Калорийность-1 782