

ДС №1 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

175 **Каша рисовая молочная жидкая.** Калорийность-214

Крупа Рис, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное

200 **Какао с молоком.** Калорийность-119

Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак

20/5 **Хлеб с маслом.** Калорийность-85

Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное

Итого за Завтрак Калорийность-418

Завтрак2

100 **Фруктово - ягодный напиток.** Калорийность-51

Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок

Итого за Завтрак2 Калорийность-51

Обед

40 **Икра кабачковая.** Калорийность-28

200 **Борщ с капустой, картофелем и со сметаной** Калорийность-214

Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф, Сметана 15%, Тушка цыпленка бройлера, Соль йодированная

130 **Макаронные изделия отварные.** Калорийность-138

Макаронные изделия, Масло сливочное обогащенное

70 **Котлеты или биточки рыбные запеченные.** Калорийность-111

Рыба (Минтай, сельдь св/мор), Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло подсолнечное раф, Лук репчатый, Яйцо столовое, Мука пшеничная в/с обогащенная

30 **Соус томатный.** Калорийность-22

Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в/с обогащенная, Томат-паста, Сахар-песок

180 **Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).** Калорийность-102

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

50 **Хлеб ржаной.** Калорийность-87

Итого за Обед Калорийность-702

Полдник

200 **Чай.** Калорийность-37

Чай черный, Сахар-песок

50 **Булочка ванильная** Калорийность-161

Мука пшеничная в/с обогащенная, Сахар-песок, Масло подсолнечное раф, Яйцо столовое, Дрожжи прессованные, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное

Итого за Полдник Калорийность-198

Ужин

160 **Рагу овощное (3-й вариант).** Калорийность-137

Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф, Мука пшеничная в/с обогащенная

200 **Чай.** Калорийность-37

Чай черный, Сахар-песок

30 **Хлеб пшеничный.** Калорийность-71

Итого за Ужин Калорийность-245

Итого за Калорийность-1 614