

ДС №1 (Ясли 1-3)

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

Завтрак

145 **Каша рисовая молочная
жидкая.**

Калорийность-177

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

180 **Какао с молоком.**

Калорийность-107

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-369**Завтрак2**

100 **Плодово - ягодный напиток.**

Калорийность-51

Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок

Итого за Завтрак2 Калорийность-51**Обед**

40 **Икра кабачковая.**

Калорийность-28

150 **Борщ с капустой,**

Калорийность-160

картофелем и со сметаной

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

110 **Макаронные изделия**

Калорийность-116

отварные.

Макаронные изделия, Масло сливочное обогащенное

50 **Котлеты или биточки**

Калорийность-79

рыбные запеченные.

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

5 **Соус томатный.**

Калорийность-4

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

150 **Компот из сушеных**

Калорийность-85

фруктов (смесь с/ф).

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

40 **Хлеб ржаной.**

Калорийность-69

Итого за Обед Калорийность-541**Полдник**

150 **Чай.**

Калорийность-28

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-189**Ужин**

130 **Рагу овощное (3-й вариант).**

Калорийность-112

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

155 **Чай.**

Калорийность-29

Чай черный, Сахар-песок

20 **Хлеб пшеничный.**

Калорийность-47

Итого за Ужин Калорийность-188**Итого за** Калорийность-1 338