

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.. Крупа Манная , Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное	Калорийность-176
200	Кофейный напиток Кофейный напиток , Сахар-песок	Калорийность-51
25/5	Хлеб с маслом Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное	Калорийность-102
Итого за Завтрак		Калорийность-329
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок.	Калорийность-42
Итого за Завтрак2		Калорийность-42
<u>Обед</u>		
40	Огурцы консервированные без уксуса	Калорийность-5
200	Щи из свежей капусты с картофелем Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана 15% , Масло подсолнечное раф , Соль йодированная	Калорийность-68
130	Каша вязкая (ячневая) Крупа Ячка, Масло сливочное обогащенное	Калорийность-107
70	Птица тушеная. Тушка цыпленка бройлера , Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Масло подсолнечное раф	Калорийность-109
180	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф). Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок	Калорийность-102
50	Хлеб ржаной.	Калорийность-87
Итого за Обед		Калорийность-478
<u>Полдник</u>		
200	Молоко кипяченое	Калорийность-113
30	Печенье	Калорийность-113
Итого за Полдник		Калорийность-226
<u>Ужин</u>		
150	Каша гречневая с мясом. Мясо свинины нежирное, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф , Крупа Греча , Морковь, Лук репчатый	Калорийность-414
180	Чай. Чай черный , Сахар-песок	Калорийность-34
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71
100	Плоды или ягоды свежие	Калорийность-44
Итого за Ужин		Калорийность-563
Итого за		Калорийность-1 638