

ДС №1 (Ясли 1-3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
145	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая. <i>Крупа Геркулес , Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-126
180	Кофейный напиток <i>Кофейный напиток , Сахар-песок</i>	Калорийность-46
20/5	Хлеб с маслом <i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-85
Итого за Завтрак		Калорийность-257
<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 капусты белокачанной <i>Капуста белокачанная, Морковь, Масло подсолнечное раф , Сахар-песок</i>	Калорийность-54
150	Суп картофельный с крупой (перловка). <i>Картофель, Крупа Перловая, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф , Сметана 15% , Соль йодированная</i>	Калорийность-62
130	Рагу из птицы с овощами, <i>Тушка цыпленка бройлера , Масло подсолнечное раф , Картофель, Томат-паста , Морковь, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с обогащенная</i>	Калорийность-205
150	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф) <i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>	Калорийность-85
40	Хлеб ржаной.	Калорийность-69
Итого за Обед		Калорийность-475
<u>Полдник</u>		
150	Кефир	Калорийность-75
40	Батон нарезной	Калорийность-106
Итого за Полдник		Калорийность-181
<u>Ужин</u>		
110	Макаронные изделия отварные. <i>Макаронные изделия , Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-116
50	Тефтели рыбные <i>Рыба (Минтай, сельдь св/мор), Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Лук репчатый, Яйцо столовое, Масло подсолнечное раф , Мука пшеничная в/с обогащенная</i>	Калорийность-59
5	Соус томатный. <i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в/с обогащенная, Томат-паста , Сахар-песок</i>	Калорийность-4
150	Чай. <i>Чай черный , Сахар-песок</i>	Калорийность-28
20	Хлеб пшеничный.	Калорийность-47
Итого за Ужин		Калорийность-254
Итого за		Калорийность-1 218