

ДС №1 (Сад 3-7)

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

Завтрак

170	Каша манная молочная жидкая.. <i>Крупа Манная , Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-176
200	Кофейный напиток <i>Кофейный напиток , Сахар-песок</i>	Калорийность-51
25/5	Хлеб с маслом <i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-102

Итого за Завтрак Калорийность-329

Завтрак2

100	Сок.	Калорийность-42
-----	-------------	-----------------

Итого за Завтрак2 Калорийность-42

Обед

50	Салат из свеклы отварной. <i>Свекла, Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-47
200	Щи из свежей капусты с картофелем <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана 15% , Масло подсолнечное раф , Соль йодированная</i>	Калорийность-68
130	Каша вязкая (ячневая) <i>Крупа Ячка, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-107
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-520

Полдник

200	Молоко кипяченое	Калорийность-113
30	Печенье	Калорийность-113

Итого за Полдник Калорийность-226

Ужин

150	Каша гречневая с мясом. <i>Мясо свинины нежирное, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф , Крупа Греча , Морковь, Лук репчатый</i>	Калорийность-414
180	Чай. <i>Чай черный , Сахар-песок</i>	Калорийность-34
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71
160	Фрукты или ягоды свежие	Калорийность-70

Итого за Ужин Калорийность-589

Итого за Калорийность-1 706