

# ДС №1 корпус 1 (Ясли 1-3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u><b>Завтрак</b></u>		
145	<b>Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая.</b> Крупа Геркулес , Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное	Калорийность-126
180	<b>Кофеинный напиток</b> Кофеинный напиток , Сахар-песок	Калорийность-46
20/5	<b>Хлеб с маслом</b> Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное	Калорийность-85
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-257
<u><b>Завтрак2</b></u>		
100	<b>Плодово - ягодный напиток.</b> Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок	Калорийность-51
<b>Итого за Завтрак2</b>		Калорийность-51
<u><b>Обед</b></u>		
40	<b>Салат из капусты белокочанной</b> Капуста белокочанная, Морковь, Масло подсолнечное раф , Сахар-песок	Калорийность-54
150	<b>Суп картофельный с крупой (перловка).</b> Картофель, Крупа Перловая, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф , Сметана 15%, Соль юодированная	Калорийность-62
130	<b>Рагу из птицы с овощами,</b> Тушка цыпленка бройлера , Масло подсолнечное раф , Картофель, Томат-паста , Морковь, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с обогащенная	Калорийность-205
150	<b>Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф)</b> Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок	Калорийность-85
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	Калорийность-69
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-475
<u><b>Полдник</b></u>		
150	<b>Чай с молоком</b> Чай черный , Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак	Калорийность-74
40	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-106
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-180
<u><b>Ужин</b></u>		
110	<b>Макаронные изделия отварные.</b> Макаронные изделия , Масло сливочное обогащенное	Калорийность-116
50	<b>Тефтели рыбные</b> 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	Калорийность-59
5	<b>Соус томатный.</b> Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в/с обогащенная, Томат-паста , Сахар-песок	Калорийность-4
150	<b>Чай.</b> Чай черный , Сахар-песок	Калорийность-28
20	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Калорийность-47
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-254
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 217