

ДС №1 (Ясли 1-3)

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

Завтрак

145 Каша манная молочная Калорийность-150

жидкая..

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

180 Кофейный напиток Калорийность-46

Кофейный напиток , Сахар-песок

20/5 Хлеб с маслом Калорийность-85

Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное

Итого за Завтрак Калорийность-281

Завтрак2

100 Сок. Калорийность-42

Итого за Завтрак2 Калорийность-42

Обед

30 Салат из свеклы отварной. Калорийность-28

Свекла, Масло подсолнечное раф

150 Щи из свежей капусты с картофелем Калорийность-51

Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана 15%, Масло подсолнечное раф , Соль юдированная

110 Каша вязкая (ячневая) Калорийность-91

Крупа Ячка, Масло сливочное обогащенное

50 Птица тушеная. Калорийность-78

Тушка цыпленка бройлера , Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Масло подсолнечное раф

150 Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф). Калорийность-85

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

40 Хлеб ржаной. Калорийность-69

Итого за Обед Калорийность-402

Полдник

170 Молоко кипяченое Калорийность-96

15 Печенье Калорийность-56

Итого за Полдник Калорийность-152

Ужин

130 Каша гречневая с мясом. Калорийность-359

Мясо свинины нежирное, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф , Крупа Гречка , Морковь, Лук репчатый

150 Чай. Калорийность-28

Чай черный , Сахар-песок

15 Хлеб пшеничный Калорийность-35

Итого за Ужин Калорийность-422

Итого за Калорийность-1 299