

## ДС №1 (Ясли 1-3)

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

### Завтрак2

**100 Плодово - ягодный напиток.** Калорийность-51

*Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок*

**Итого за Завтрак2** Калорийность-51

### Полдник

**150 Чай** Калорийность-28

*Чай черный , Сахар-песок*

**50 Булочка ванильная** Калорийность-161

*Мука пшеничная в/с обогащенная, Сахар-песок, Масло подсолнечное раф , Яйцо столовое, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Дрожжи прессованные, Масло сливочное обогащенное*

**Итого за Полдник** Калорийность-189

### Ужин

**130 Рагу овощное (3-й вариант).** Калорийность-112

*Картофель, Капуста белокочанная, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф , Мука пшеничная в/с обогащенная*

**155 Чай.** Калорийность-29

*Чай черный , Сахар-песок*

**20 Хлеб пшеничный.** Калорийность-47

**Итого за Ужин** Калорийность-188

### Завтрак

**145 Каша рисовая молочная жидкая.** Калорийность-177

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

**180 Какао с молоком** Калорийность-107

*Какао-порошок , Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак*

**20/5 Хлеб с маслом.** Калорийность-85

*Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное*

**Итого за Завтрак** Калорийность-369

### Обед

**150 Борщ с капустой, картофелем и со сметаной** Калорийность-160

*Свекла, Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф , Сметана 15% , Тушка цыпленка бройлера , Соль йодированная*

**110 Макароны изделия отварные.** Калорийность-116

*Макаронные изделия , Масло сливочное обогащенное*

**50 Котлеты или биточки рыбные запеченные.** Калорийность-79

*Рыба (Минтай, сельдь св/мор), Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло подсолнечное раф , Лук репчатый, Яйцо столовое, Мука пшеничная в/с обогащенная*

**5 Соус томатный.** Калорийность-4

Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в/с обогащенная, Томат-паста , Сахар-песок

150

**Компот из сушеных  
фруктов (смесь с/ф).**

Калорийность-85

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

40

**Хлеб ржаной.**

Калорийность-69

Итого за Обед

Калорийность-513

Итого за

Калорийность-1 310

3.12.2025

ы (Г), (МГ)
----------------

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

==