

ДС №1 (Ясли 1-3)

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

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 Макаронные 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).**

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

Калорийность-85

40

Хлеб ржаной.

Калорийность-69

Итого за Обед Калорийность-513

Итого за Калорийность-1 310

'3.12.2025

бы (г),
(МГ)
