

ДС №1 (Сад 3-7)

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

Завтрак

170	Каша яичневая молочная вязкая.	Калорийность-149
-----	---------------------------------------	------------------

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

200	Кофеинный напиток	Калорийность-51
-----	--------------------------	-----------------

Кофеинный напиток, Сахар-песок

25/5	Хлеб с маслом.	Калорийность-102
------	-----------------------	------------------

Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное

	Итого за Завтрак	Калорийность-302
--	-------------------------	------------------

Завтрак2

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

	Итого за Завтрак2	Калорийность-42
--	--------------------------	-----------------

Обед

50	Салат из свеклы отварной	Калорийность-47
----	---------------------------------	-----------------

Свекла, Масло подсолнечное раф

200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97
-----	---------------------------------	-----------------

Картофель, Крупа Перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консерв., Масло подсолнечное раф, Соль юдированная, Сметана 15%

150	Плов из птицы.	Калорийность-290
-----	-----------------------	------------------

Тушка цыпленка бройлера, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Крупа Рис

180	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).	Калорийность-102
-----	---	------------------

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

50	Хлеб ржаной.	Калорийность-87
----	---------------------	-----------------

	Итого за Обед	Калорийность-623
--	----------------------	------------------

Полдник

190	Чай	Калорийность-35
-----	------------	-----------------

Чай черный, Сахар-песок

15	Печенье	Калорийность-56
----	----------------	-----------------

	Итого за Полдник	Калорийность-91
--	-------------------------	-----------------

Ужин

40	Икра кабачковая	Калорийность-28
----	------------------------	-----------------

130	Макаронные изделия отварные	Калорийность-138
-----	------------------------------------	------------------

Макаронные изделия, Масло сливочное обогащенное

180	Чай.	Калорийность-34
-----	-------------	-----------------

Чай черный, Сахар-песок

30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71
----	-----------------------	-----------------

	Итого за Ужин	Калорийность-271
--	----------------------	------------------

	Итого за	Калорийность-1 329
--	-----------------	--------------------