

ДС №1 (Ясли 1-3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
145	Каша ячневая молочная вязкая.	Калорийность-127
<i>Крупа Ячка, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>		
180	Кофейный напиток	Калорийность-46
<i>Кофейный напиток , Сахар-песок</i>		
20/5	Хлеб с маслом.	Калорийность-85
<i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>		
Итого за Завтрак		Калорийность-258
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок	Калорийность-42
Итого за Завтрак2		Калорийность-42
<u>Обед</u>		
30	Салат из свеклы отварной	Калорийность-28
<i>Свекла, Масло подсолнечное раф</i>		
150	Рассольник ленинградский	Калорийность-72
<i>Картофель, Крупа Перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консерв., Масло подсолнечное раф , Соль йодированная, Сметана 15%</i>		
130	Плов из птицы.	Калорийность-251
<i>Тушка цыпленка бройлера , Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф , Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Крупа Рис</i>		
150	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).	Калорийность-85
<i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>		
40	Хлеб ржаной.	Калорийность-69
Итого за Обед		Калорийность-505
<u>Полдник</u>		
150	Чай	Калорийность-28
<i>Чай черный , Сахар-песок</i>		
15	Печенье	Калорийность-56
Итого за Полдник		Калорийность-84
<u>Ужин</u>		
40	Икра кабачковая	Калорийность-28
110	Макаронные изделия отварные	Калорийность-116
<i>Макаронные изделия , Масло сливочное обогащенное</i>		
160	Чай.	Калорийность-30
<i>Чай черный , Сахар-песок</i>		
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35
Итого за Ужин		Калорийность-209
Итого за		Калорийность-1 098