

ДС №1 (Сад 3-7)

| Выход (г)  | Наименование блюда                            | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|--|---|--|
| <u>Завтрак</u>   |   |  |
| 170  | <b>Каша пшенная молочная жидкая</b>           | Калорийность-164   |
| <i>Крупа Пшено, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>                                |   |  |
| 200  | <b>Чай.</b>                                   | Калорийность-37  |
| <i>Чай черный , Сахар-песок</i>  |   |  |
| 25/5   | <b>Хлеб с маслом.</b>                         | Калорийность-102   |
| <i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>   |   |  |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |   | Калорийность-303   |
| <u>Завтрак2</u>  |   |  |
| 100  | <b>Фруктово - ягодный напиток</b>             | Калорийность-51  |
| <i>Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок</i>   |   |  |
| <b>Итого за Завтрак2</b>   |   | Калорийность-51  |
| <u>Обед</u>  |   |  |
| 200  | <b>Суп с макаронными изделиями</b>            | Калорийность-84  |
| <i>Картофель, Макароны изделия , Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф , Тушка цыпленка бройлера , Соль йодированная</i>                 |   |  |
| 130  | <b>Каша гречневая</b>                         | Калорийность-208   |
| <i>Крупа Греча , Масло сливочное обогащенное</i>   |   |  |
| 70   | <b>Птица тушеная</b>                          | Калорийность-109   |
| <i>Тушка цыпленка бройлера , Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Масло подсолнечное раф</i>                     |   |  |
| 180  | <b>Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).</b> | Калорийность-102   |
| <i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>  |   |  |
| 50   | <b>Хлеб ржаной.</b>                           | Калорийность-87  |
| <b>Итого за Обед</b>   |   | Калорийность-590   |
| <u>Полдник</u>   |   |  |
| 180  | <b>Чай</b>                                    | Калорийность-34  |
| <i>Чай черный , Сахар-песок</i>  |   |  |
| 40   | <b>Батон нарезной</b>                         | Калорийность-106   |
| <b>Итого за Полдник</b>  |   | Калорийность-140   |
| <u>Ужин</u>  |   |  |
| 150  | <b>Капуста тушеная с мясом</b>                | Калорийность-198   |
| <i>Мясо свинины нежирное, Капуста белокочанная, Масло подсолнечное раф , Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Мука пшеничная в/с обогащенная</i> |   |  |
| 180  | <b>Чай.</b>                                   | Калорийность-34  |
| <i>Чай черный , Сахар-песок</i>  |   |  |
| 30   | <b>Хлеб пшеничный.</b>                        | Калорийность-71  |
| <b>Итого за Ужин</b>   |   | Калорийность-303   |
| <b>Итого за</b>  |   | Калорийность-1 387   |