

ДС №1 (Сад 3-7)

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

Завтрак

170	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-164
<i>Крупа Пицено, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>		
200	Чай.	Калорийность-37
	<i>Чай черный, Сахар-песок</i>	
25/5	Хлеб с маслом.	Калорийность-102
	<i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность-303

Завтрак2

100	Плодово - ягодный напиток	Калорийность-51
<i>Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок</i>		
Итого за Завтрак2		Калорийность-51

Обед

200	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-84
<i>Картофель, Макаронные изделия, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф, Тушка цыпленка бройлера, Соль йодированная</i>		
130	Каша гречневая	Калорийность-208
<i>Крупа Гречка, Масло сливочное обогащенное</i>		
70	Птица тушеная	Калорийность-109
<i>Тушка цыпленка бройлера, Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное раф</i>		
180	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).	Калорийность-102
<i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>		
50	Хлеб ржаной.	Калорийность-87
Итого за Обед		Калорийность-590

Полдник

180	Чай	Калорийность-34
<i>Чай черный, Сахар-песок</i>		
40	Батон нарезной	Калорийность-106
Итого за Полдник		Калорийность-140

Ужин

150	Капуста тушеная с мясом	Калорийность-198
<i>Мясо свинины нежирное, Капуста белокочанная, Масло подсолнечное раф, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Мука пшеничная в/с обогащенная</i>		
180	Чай.	Калорийность-34
<i>Чай черный, Сахар-песок</i>		
30	Хлеб пшеничный.	Калорийность-71
Итого за Ужин		Калорийность-303
Итого за		Калорийность-1 387