

ДС №1 (Ясли 1-3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша пшенная молочная жидкая	Калорийность-144
<i>Крупа Пшено, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>		
180	Чай.	Калорийность-34
<i>Чай черный , Сахар-песок</i>		
15/5	Хлеб с маслом.	Калорийность-68
<i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>		
Итого за Завтрак		Калорийность-246
<u>Завтрак2</u>		
100	Фруктово - ягодный напиток	Калорийность-51
<i>Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок</i>		
Итого за Завтрак2		Калорийность-51
<u>Обед</u>		
150	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-63
<i>Картофель, Макароны изделия , Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф , Тушка цыпленка бройлера , Соль йодированная</i>		
110	Каша гречневая	Калорийность-176
<i>Крупа Греча , Масло сливочное обогащенное</i>		
50	Птица тушеная	Калорийность-78
<i>Тушка цыпленка бройлера , Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Масло подсолнечное раф</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-471
<u>Полдник</u>		
150	Чай	Калорийность-28
<i>Чай черный , Сахар-песок</i>		
35	Батон нарезной	Калорийность-92
Итого за Полдник		Калорийность-120
<u>Ужин</u>		
130	Капуста тушеная с мясом	Калорийность-172
<i>Мясо свинины нежирное, Капуста белокочанная, Масло подсолнечное раф , Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Мука пшеничная в/с обогащенная</i>		
150	Чай.	Калорийность-28
<i>Чай черный , Сахар-песок</i>		
15	Хлеб пшеничный.	Калорийность-35
Итого за Ужин		Калорийность-235
Итого за		Калорийность-1 123