

## ДС №1 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
<b><u>Завтрак</u></b>		
170	<b>Каша манная молочная жидкая.</b>	Калорийность-176
	<i>Крупа Манная, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	
200	<b>Кофейный напиток с молоком.</b>	Калорийность-101
	<i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>	
20/10	<b>Хлеб с сыром</b>	Калорийность-65
	<i>Хлеб пшеничный нарезка, Сыр п-твердый</i>	
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-342
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Сок.</b>	Калорийность-42
<b>Итого за Завтрак2</b>		Калорийность-42
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Борщ с картофелем (Свекольник)</b>	Калорийность-88
	<i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Масло подсолнечное раф, Сметана 15%, Соль йодированная, Тушка цыпленка бройлера</i>	
130	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-138
	<i>Макаронные изделия, Масло сливочное обогащенное</i>	
70	<b>Оладьи из печени по-кунцевски</b>	Калорийность-270
	<i>Печень говяжья, Морковь, Мука пшеничная в/с обогащенная, Яйцо столовое, Крупа Манная, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф</i>	
20	<b>Соус томатный</b>	Калорийность-15
	<i>Масло сливочное обогащенное, Мука пшеничная в/с обогащенная, Томат-паста, Сахар-песок</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-700
<b><u>Полдник</u></b>		
200	<b>Чай</b>	Калорийность-37
	<i>Чай черный, Сахар-песок</i>	
30	<b>Печенье</b>	Калорийность-113
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-150
<b><u>Ужин</u></b>		
40	<b>Салат из горошка зеленого консервированного,</b>	Калорийность-33
	<i>Горошек зеленый консервы, Масло подсолнечное раф</i>	
150	<b>Омлет паровой натуральный</b>	Калорийность-277
	<i>Яйцо столовое, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф</i>	
180	<b>Кисель</b>	Калорийность-55
	<i>Кисель, Сахар-песок</i>	
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71
280	<b>Фрукты или ягоды свежие</b>	Калорийность-123
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-559
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 793