

**ДС №1 (Ясли 1-3)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
145	<b>Каша ячневая молочная вязкая.</b>	Калорийность-127
	<i>Крупа Ячка, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	
180	<b>Кофейный напиток</b>	Калорийность-46
	<i>Кофейный напиток, Сахар-песок</i>	
20/5	<b>Хлеб с маслом.</b>	Калорийность-85
	<i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>	
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-258
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Сок</b>	Калорийность-42
<b>Итого за Завтрак2</b>		Калорийность-42
<b><u>Обед</u></b>		
40	<b>Икра кабачковая</b>	Калорийность-28
150	<b>Рассольник ленинградский</b>	Калорийность-72
	<i>Картофель, Крупа Перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консерв., Масло подсолнечное раф, Соль йодированная, Сметана 15%</i>	
130	<b>Плов из птицы.</b>	Калорийность-251
	<i>Тушка цыпленка бройлера, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Крупа Рис</i>	
150	<b>Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).</b>	Калорийность-85
	<i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>	
40	<b>Хлеб ржаной.</b>	Калорийность-69
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-505
<b><u>Полдник</u></b>		
150	<b>Чай</b>	Калорийность-28
	<i>Чай черный, Сахар-песок</i>	
35/15	<b>Батон с повидлом.</b>	Калорийность-102
	<i>Батон нарезной, Повидло расфасованное</i>	
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-130
<b><u>Ужин</u></b>		
130	<b>Суп-пюре из гороха с гренками</b>	Калорийность-97
	<i>Крупа Горох, Масло сливочное обогащенное, Лук репчатый, Морковь</i>	
160	<b>Чай.</b>	Калорийность-30
	<i>Чай черный, Сахар-песок</i>	
15	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-35
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-162
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 097