

ДС №1 (Сад 3-7)

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

Завтрак

170 **Каша ячневая молочная вязкая.** Калорийность-149

Крупа Ячка, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное

200 **Кофейный напиток с молоком.** Калорийность-101

Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак

25/5 **Хлеб с маслом.** Калорийность-102

Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное

Итого за Завтрак Калорийность-352

Завтрак2

100 **Сок** Калорийность-42

Итого за Завтрак2 Калорийность-42

Обед

40 **Салат из капусты белокачанной** Калорийность-54

Капуста белокачанная, Морковь, Масло подсолнечное раф, Сахар-песок

200 **Рассольник ленинградский** Калорийность-97

Картофель, Крупа Перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консерв., Масло подсолнечное раф, Соль йодированная, Сметана 15%

150 **Плов из птицы.** Калорийность-290

Тушка цыпленка бройлера, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Крупа Рис

180 **Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).** Калорийность-102

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

50 **Хлеб ржаной.** Калорийность-87

Итого за Обед Калорийность-630

Полдник

190 **Чай** Калорийность-35

Чай черный, Сахар-песок

40/20 **Батон с повидлом.** Калорийность-123

Батон нарезной, Повидло расфасованное

Итого за Полдник Калорийность-158

Ужин

160 **Суп-пюре из гороха с гренками** Калорийность-119

Крупа Горох, Масло сливочное обогащенное, Лук репчатый, Морковь

180 **Чай.** Калорийность-34

Чай черный, Сахар-песок

30 **Хлеб пшеничный** Калорийность-71

Итого за Ужин Калорийность-224

Итого за Калорийность-1 406