

ДС №1 корпус 2 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
170	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая <i>Крупа Геркулес, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-148
200	Кофейный напиток с <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>	Калорийность-101
25/9	Хлеб с сыром <i>Хлеб пшеничный нарезка, Сыр п-твердый</i>	Калорийность-73
Итого за Завтрак		Калорийность-322
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок	Калорийность-42
Итого за Завтрак2		Калорийность-42
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с крупой (перловка) <i>Картофель, Крупа Перловая, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф, Тушка цыпленка бройлера, Сметана 15%, Соль йодированная</i>	Калорийность-83
130	Гороховое пюре <i>Крупа Горох, Масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-243
70	Тефтели мясные (1-й вариант). <i>Мясо свинины нежирное, Хлеб пшеничный, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф, Мука пшеничная в/с обогащенная</i>	Калорийность-94
180	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф). <i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>	Калорийность-102
50	Хлеб ржаной.	Калорийность-87
Итого за Обед		Калорийность-609
<u>Полдник</u>		
180	Кефир	Калорийность-90
45/20	Батон с повидлом <i>Батон нарезной, Повидло расфасованное</i>	Калорийность-133
Итого за Полдник		Калорийность-223
<u>Ужин</u>		
150	Омлет паровой <i>Яйцо столовое, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф</i>	Калорийность-277
200	Чай. <i>Чай черный, Сахар-песок</i>	Калорийность-37
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71
150	Плоды или ягоды свежие	Калорийность-66
Итого за Ужин		Калорийность-451
Итого за		Калорийность-1 647