

ДС №27 корпус 4 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
170	Каша пшениная молочная жидкая	Калорийность-164
	<i>Крупа Пшено, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	
200	Чай.	Калорийность-37
	<i>Чай черный , Сахар-песок</i>	
25/5	Хлеб с маслом.	Калорийность-102
	<i>Хлеб пшеничный, Масло сливочное обогащенное</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность-303
<u>Завтрак2</u>		
180	Фруктово - ягодноый напиток	Калорийность-91
	<i>Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок</i>	
Итого за Завтрак2		Калорийность-91
<u>Обед</u>		
50	Салат из свежих огурцов	Калорийность-34
	<i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное раф</i>	
200	Суп с макаронными изделиями.	Калорийность-84
	<i>Картофель, Макароны изделия , Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф , Тушка цыпленка бройлера , Соль йодированная</i>	
130	Картофельное пюре	Калорийность-119
	<i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное</i>	
70	Рыба, тушенная с овощами	Калорийность-83
	<i>Рыба (Минтай, сельдь св/мор), Морковь, Томат-паста , Лук репчатый, Масло подсолнечное раф</i>	
180	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф)	Калорийность-102
	<i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>	
50	Хлеб ржаной.	Калорийность-87
Итого за Обед		Калорийность-509
<u>Полдник</u>		
180	Кефир	Калорийность-90
70	Булочка домашняя	Калорийность-251
	<i>Мука пшеничная в/с обогащенная, Сахар-песок, Масло подсолнечное раф , Яйцо столовое, Дрожжи прессованные, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>	
Итого за Полдник		Калорийность-341
<u>Ужин</u>		
150	Голубцы ленивые.	Калорийность-205
	<i>Капуста белокочанная, Мясо свинины нежирное, Крупа Рис, Лук репчатый, Масло сливочное обогащенное, Яйцо столовое</i>	
20	Соус сметанный	Калорийность-15
	<i>Сметана 15% , Мука пшеничная в/с обогащенная, Масло сливочное обогащенное</i>	
180	Чай	Калорийность-34
	<i>Чай черный , Сахар-песок</i>	
30	Хлеб пшеничный.	Калорийность-71
150	Фрукты или ягоды свежие	Калорийность-66
Итого за Ужин		Калорийность-391
Итого за		Калорийность-1 635