

ДС №1 (Сад 3-7)

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

Завтрак

170 **Каша пшенная молочная жидкая** Калорийность-164

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

200 **Какао с молоком** Калорийность-119

Какао-порошок, 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-385

Завтрак2

100 **Плодово - ягодный напиток** Калорийность-51

Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок

Итого за Завтрак2 Калорийность-51

Обед

40 **Помидоры свежие** Калорийность-10

200 **Суп с макаронными изделиями** Калорийность-84

Картофель, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф, Тушка цыпленка бройлера, Соль йодированная

130 **Картофельное пюре** Калорийность-119

Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное

70 **Котлеты или биточки рыбные запеченные** Калорийность-111

Рыба (Минтай, сельдь св/мор), Хлеб пшеничный, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло подсолнечное раф, Лук репчатый, Яйцо столовое, Мука пшеничная в/с обогащенная

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

Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок

50 **Хлеб ржаной.** Калорийность-87

Итого за Обед Калорийность-513

Полдник

180 **Чай** Калорийность-34

Чай черный, Сахар-песок

70 **Булочка домашняя** Калорийность-251

Мука пшеничная в/с обогащенная, Сахар-песок, Масло подсолнечное раф, Яйцо столовое, Дрожжи прессованные, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное

Итого за Полдник Калорийность-285

Ужин

160 **Бигус с капустой, рисом и мясом** Калорийность-807

Мясо свинины нежирное, Капуста белокочанная, Масло подсолнечное раф, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Крупа Рис

180 **Чай.** Калорийность-34

Чай черный, Сахар-песок

30 **Хлеб пшеничный.** Калорийность-71

150 **Плоды или ягоды свежие** Калорийность-66

Итого за Ужин Калорийность-978

Итого за Калорийность-2 212