

ДС №1 (Ясли 1-3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-144
	<i>Крупа Пшено, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	
180	Какао с молоком	Калорийность-107
	<i>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>	
15/5	Хлеб с маслом.	Калорийность-68
	<i>Хлеб пшеничный нарезка, Масло сливочное обогащенное</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность-319
<u>Завтрак2</u>		
100	Фруктово - ягодный напиток	Калорийность-51
	<i>Фрукты, ягоды быстрозамороженные, Сахар-песок</i>	
Итого за Завтрак2		Калорийность-51
<u>Обед</u>		
40	Помидоры свежие	Калорийность-10
150	Суп с макаронными изделиями	Калорийность-63
	<i>Картофель, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное раф, Тушка цыпленка бройлера, Соль йодированная</i>	
110	Картофельное пюре	Калорийность-101
	<i>Картофель, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное</i>	
50	Котлеты или биточки рыбные запеченные	Калорийность-79
	<i>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</i>	
150	Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).	Калорийность-85
	<i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>	
40	Хлеб ржаной.	Калорийность-69
Итого за Обед		Калорийность-407
<u>Полдник</u>		
150	Чай	Калорийность-28
	<i>Чай черный, Сахар-песок</i>	
50	Булочка домашняя	Калорийность-179
	<i>Мука пшеничная в/с обогащенная, Сахар-песок, Масло подсолнечное раф, Яйцо столовое, Дрожжи прессованные, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное</i>	
Итого за Полдник		Калорийность-207
<u>Ужин</u>		
130	Бигус с капустой, рисом и мясом	Калорийность-656
	<i>Мясо свинины нежирное, Капуста белокочанная, Масло подсолнечное раф, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Крупа Рис</i>	
150	Чай.	Калорийность-28
	<i>Чай черный, Сахар-песок</i>	
15	Хлеб пшеничный.	Калорийность-35
150	Плоды или ягоды свежие	Калорийность-66
Итого за Ужин		Калорийность-785
Итого за		Калорийность-1 769