

ДС №1 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
170	Каша манная молочная жидкая.	Калорийность-176
<i>Крупа Манная , Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>		
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-101
<i>Кофейный напиток , Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>		
20/10	Хлеб с сыром	Калорийность-65
<i>Хлеб пшеничный нарезка, Сыр п-твердый</i>		
Итого за Завтрак		Калорийность-342
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок.	Калорийность-42
Итого за Завтрак2		Калорийность-42
<u>Обед</u>		
40	Салат из горошка зеленого консервированного,	Калорийность-33
<i>Горошек зеленый консервы, Масло подсолнечное раф</i>		
200	Борщ с картофелем (Свекольник)	Калорийность-88
<i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Масло подсолнечное раф , Тушка цыпленка бройлера , Сметана 15% , Соль йодированная</i>		
130	Макаронные изделия	Калорийность-138
<i>Макаронные изделия , Масло сливочное обогащенное</i>		
70	Печень говяжья по-строгановски	Калорийность-186
<i>Печень говяжья , Масло подсолнечное раф , Мука пшеничная в/с обогащенная, Сметана 15% , Лук репчатый</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-634
<u>Полдник</u>		
180	Кефир	Калорийность-90
40/20	Батон с повидлом	Калорийность-123
<i>Батон нарезной, Повидло расфасованное</i>		
Итого за Полдник		Калорийность-213
<u>Ужин</u>		
150	Омлет паровой натуральный	Калорийность-277
<i>Яйцо столовое, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф</i>		
180	Чай	Калорийность-34
<i>Чай черный , Сахар-песок</i>		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71
Итого за Ужин		Калорийность-382
Итого за		Калорийность-1 613