

ДС №1 (Ясли 1-3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
145	Каша манная молочная жидкая.	Калорийность-150
	<i>Крупа Манная , Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	
180	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-91
	<i>Кофейный напиток , Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>	
18/7	Хлеб с сыром	Калорийность-54
	<i>Хлеб пшеничный нарезка, Сыр п-твердый</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность-295
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок.	Калорийность-42
Итого за Завтрак2		Калорийность-42
<u>Обед</u>		
30	Салат из свеклы отварной	Калорийность-28
	<i>Свекла, Масло подсолнечное раф</i>	
150	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-51
	<i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сметана 15% , Масло подсолнечное раф , Тушка цыпленка бройлера , Соль йодированная</i>	
110	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-176
	<i>Крупа Греча , Масло сливочное обогащенное</i>	
50	Птица тушеная	Калорийность-78
	<i>Тушка цыпленка бройлера , Мука пшеничная в/с обогащенная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста , Масло подсолнечное раф</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-487
<u>Полдник</u>		
170	Молоко кипяченое	Калорийность-96
15	Печенье	Калорийность-56
Итого за Полдник		Калорийность-152
<u>Ужин</u>		
130	Запеканка из творога	Калорийность-321
	<i>Творог 5% фасованный, Крупа Манная , Сахар-песок, Яйцо столовое, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф , Мука пшеничная в/с обогащенная, Сметана 15%</i>	
20	Кисель подлив	Калорийность-10
150	Чай.	Калорийность-28
	<i>Чай черный , Сахар-песок</i>	
150	Фрукты или ягоды свежие	Калорийность-66
Итого за Ужин		Калорийность-425
Итого за		Калорийность-1 401