

## ДС №1 корпус 1 (Сад 3-7)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
170	<b>Каша ячневая молочная вязкая.</b>	Калорийность-149
<i>Крупа Ячка, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>		
200	<b>Кофейный напиток с молоком.</b>	Калорийность-101
<i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак</i>		
20/10	<b>Хлеб с сыром</b>	Калорийность-65
<i>Хлеб пшеничный нарезка, Сыр п-твердый</i>		
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-315
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Сок</b>	Калорийность-42
<b>Итого за Завтрак2</b>		Калорийность-42
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Салат из свеклы отварной</b>	Калорийность-47
<i>Свекла, Масло подсолнечное раф</i>		
200	<b>Рассольник домашний.</b>	Калорийность-91
<i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консерв., Масло подсолнечное раф, Тушка цыпленка бройлера, Сметана 15%, Соль йодированная</i>		
150	<b>Плов из птицы.</b>	Калорийность-290
<i>Тушка цыпленка бройлера, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное раф, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста, Крупа Рис</i>		
180	<b>Компот из сушеных фруктов (смесь с/ф).</b>	Калорийность-102
<i>Смесь сухофруктов (Фруктовая), Сахар-песок</i>		
50	<b>Хлеб ржаной.</b>	Калорийность-87
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-617
<b><u>Полдник</u></b>		
190	<b>Молоко кипяченое</b>	Калорийность-108
40/20	<b>Батон с повидлом.</b>	Калорийность-123
<i>Батон нарезной, Повидло расфасованное</i>		
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-231
<b><u>Ужин</u></b>		
150	<b>Сырники из творога</b>	Калорийность-351
<i>Творог 5% фасованный, Мука пшеничная в/с обогащенная, Яйцо столовое, Масло подсолнечное раф, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>		
20	<b>Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности</b>	Калорийность-6
180	<b>Чай.</b>	Калорийность-34
<i>Чай черный, Сахар-песок</i>		
180	<b>Фрукты или ягоды свежие</b>	Калорийность-79
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-470
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 675