

ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
159	Суп молочный с макаронными изделиями	Калорийность-118
24	Бутерброд с маслом	Калорийность-83
170	Чай с сахаром	Калорийность-17
353	Итого за Завтрак	Калорийность-218
<u>Завтрак 2</u>		
95	Груши	Калорийность-47
95	Итого за Завтрак 2	Калорийность-47
<u>Обед</u>		
150	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Калорийность-129
90	Каша рассыпчатая гречневая	Калорийность-143
60	Гуляш из отварного мяса	Калорийность-140
33	Салат зеленый с огурцами и помидорами	Калорийность-22
150	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-66
25	Хлеб ржаной	Калорийность-39
19	Хлеб пшеничный	Калорийность-47
3	Соль	
529,8	Итого за Обед	Калорийность-586
<u>Полдник</u>		
160	Ряженка	Калорийность-81
29	Кондитерские изделия (пряники)	Калорийность-88
189	Итого за Полдник	Калорийность-169
<u>Ужин</u>		
100	Пудинг из творога (запеченный)	Калорийность-193
19	Хлеб пшеничный	Калорийность-47
100	Фрукты яблоки	Калорийность-47
181	Кисель молочный	Калорийность-100
400	Итого за Ужин	Калорийность-387
1 566,8	Итого за день	Калорийность-1 407