

ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Суп молочный с крупой пшенный	Калорийность-150
23	Бутерброд с маслом	Калорийность-83
20	Яйца вареные	Калорийность-31
170	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-73
363	Итого за Завтрак	Калорийность-337
<u>Завтрак 2</u>		
96	Груши	Калорийность-47
96	Итого за Завтрак 2	Калорийность-47
<u>Обед</u>		
150	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-74
120	Плов из птицы	Калорийность-268
35	Салат зеленый с огурцами и помидорами	Калорийность-22
150	Кисель из яблок	Калорийность-49
35	Хлеб ржаной	Калорийность-79
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-40
3	Соль	
507,8	Итого за Обед	Калорийность-532
<u>Полдник</u>		
24	Печенье овсяное	Калорийность-105
164	снежок	Калорийность-119
188	Итого за Полдник	Калорийность-224
<u>Ужин</u>		
131	Рагу из овощей	Калорийность-124
69	Фрикадельки рыбные	Калорийность-85
180	Чай с лимоном	Калорийность-17
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-35
394	Итого за Ужин	Калорийность-261
1 548,8	Итого за день	Калорийность-1 401