

ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
120	<i>Макароны отварные с сыром</i>	Калорийность-204
29	<i>Салат из свежих помидоров с луком</i>	Калорийность-14
176	<i>Чай с молоком</i>	Калорийность-65
26	<i>Бутерброд с маслом</i>	Калорийность-83
351	Итого за Завтрак	Калорийность-366
<u>Завтрак 2</u>		
143	<i>сок фрукт тетра пак</i>	Калорийность-68
143	Итого за Завтрак 2	Калорийность-68
<u>Обед</u>		
150	<i>Суп картофельный с горохом</i>	Калорийность-112
91	<i>Каша вязкая (пшеничная)</i>	Калорийность-81
73	<i>Котлеты рубленые</i>	Калорийность-156
29	<i>Салат из свежих огурцов</i>	Калорийность-17
150	<i>Кисель из яблок</i>	Калорийность-49
16	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-35
23	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-69
3	<i>Соль</i>	
534,8	Итого за Обед	Калорийность-519
<u>Полдник</u>		
52	<i>Сдоба обыкновенная</i>	Калорийность-129
152	<i>Молоко</i>	Калорийность-95
204	Итого за Полдник	Калорийность-224
<u>Ужин</u>		
117	<i>Картофельное пюре</i>	Калорийность-117
72	<i>Рыба, припущенная с овощами</i>	Калорийность-44
18	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-40
180	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-17
387	Итого за Ужин	Калорийность-218
1 619,8	Итого за день	Калорийность-1 395