

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 ячневый	Калорийность-150
20	Яйца вареные	Калорийность-31
24	Бутерброд с маслом	Калорийность-83
159	Какао с молоком	Калорийность-74
353	Итого за Завтрак	Калорийность-338
<u>Завтрак 2</u>		
145	сок фрукт тетра пак	Калорийность-68
145	Итого за Завтрак 2	Калорийность-68
<u>Обед</u>		
150	Суп картофельный с клецками	Калорийность-63
90	Каша вязкая (пшеничная)	Калорийность-81
59	Котлеты мясные	Калорийность-135
30	Салат из свежих огурцов	Калорийность-14
150	Компот из свежих плодов	Калорийность-32
24	Хлеб ржаной	Калорийность-46
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-35
3	Соль	
519,8	Итого за Обед	Калорийность-406
<u>Полдник</u>		
30	Печенье овсяное	Калорийность-131
155	Ряженка	Калорийность-81
185	Итого за Полдник	Калорийность-212
<u>Ужин</u>		
103	Пудинг из творога	Калорийность-185
20	Соус молочный (сладкий)	Калорийность-30
96	Груши	Калорийность-47
170	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-73
16	Хлеб пшеничный	Калорийность-40
404	Итого за Ужин	Калорийность-375
1 606,8	Итого за день	Калорийность-1 399