

ДОУ 25 Ясли (лето)

| Выход (г)        | Наименование блюда                | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <u>Завтрак</u>   |                                   |                                                                                |
| 150              | Суп молочный рисовый              | ЭЦ-154                                                                         |
| 24               | Яйца вареные                      | ЭЦ-31                                                                          |
| 30               | Бутерброд с сыром                 | ЭЦ-97                                                                          |
| 150              | Какао с молоком                   | ЭЦ-74                                                                          |
| 354              | Итого за Завтрак                  | ЭЦ-356                                                                         |
| <u>Завтрак 2</u> |                                   |                                                                                |
| 100              | Фрукты яблоки                     | ЭЦ-47                                                                          |
| 100              | Итого за Завтрак 2                | ЭЦ-47                                                                          |
| <u>Обед</u>      |                                   |                                                                                |
| 174              | Щи из свежей капусты с картофелем | ЭЦ-61                                                                          |
| 137              | Запеканка из печени с рисом       | ЭЦ-215                                                                         |
| 41               | Салат из свежих огурцов           | ЭЦ-14                                                                          |
| 150              | Кисель из яблок                   | ЭЦ-49                                                                          |
| 39               | Хлеб ржаной                       | ЭЦ-79                                                                          |
| 21               | Хлеб пшеничный                    | ЭЦ-47                                                                          |
| 3                | Соль                              |                                                                                |
| 557,8            | Итого за Обед                     | ЭЦ-465                                                                         |
| <u>Полдник</u>   |                                   |                                                                                |
| 179              | Молоко                            | ЭЦ-95                                                                          |
| 19               | Печенье овсяное                   | ЭЦ-83                                                                          |
| 198              | Итого за Полдник                  | ЭЦ-178                                                                         |
| <u>Ужин</u>      |                                   |                                                                                |
| 122              | Рагу из овощей                    | ЭЦ-134                                                                         |
| 76               | Фрикадельки рыбные                | ЭЦ-85                                                                          |
| 180              | сок фрукт тетра пак               | ЭЦ-83                                                                          |
| 21               | Хлеб пшеничный                    | ЭЦ-47                                                                          |
| 399              | Итого за Ужин                     | ЭЦ-347                                                                         |
| 1 615,8          | Итого за день                     | ЭЦ-1 395                                                                       |