

ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<i>Суп молочный с крупой ячневый</i>	Калорийность-150
20	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность-31
26	<i>Бутерброд с маслом</i>	Калорийность-83
159	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность-74
355	Итого за Завтрак	Калорийность-338
<u>Завтрак 2</u>		
140	<i>сок тетропак</i>	Калорийность-68
140	Итого за Завтрак 2	Калорийность-68
<u>Обед</u>		
151	<i>Суп картофельный с клецками</i>	Калорийность-63
90	<i>Каша вязкая (пшеничная)</i>	Калорийность-81
30	<i>Салат из свежих огурцов</i>	Калорийность-14
70	<i>Котлеты рубленые</i>	Калорийность-156
150	<i>Компот из свежих плодов</i>	Калорийность-32
34	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-74
15	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-35
3	<i>Соль</i>	
542,8	Итого за Обед	Калорийность-410
<u>Полдник</u>		
25	<i>Печенье овсяное</i>	Калорийность-105
176	<i>Ряженка</i>	Калорийность-81
201	Итого за Полдник	Калорийность-186
<u>Ужин</u>		
100	<i>Пудинг из творога</i>	Калорийность-185
21	<i>Соус молочный (сладкий)</i>	Калорийность-30
100	<i>Фрукты яблоки</i>	Калорийность-47
17	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-40
165	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-73
403	Итого за Ужин	Калорийность-375
1 641,8	Итого за день	Калорийность-1 402