

ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
99	<i>Пудинг из творога с яблоками</i>	Калорийность-157
20	<i>Соус молочный (сладкий)</i>	Калорийность-30
24	<i>Бутерброд с маслом</i>	Калорийность-83
179	<i>Чай с молоком</i>	Калорийность-65
322	Итого за Завтрак	Калорийность-335
<u>Завтрак 2</u>		
148	<i>сок фрукт тетра пак</i>	Калорийность-68
148	Итого за Завтрак 2	Калорийность-68
<u>Обед</u>		
150	<i>Бульон из кур (филе курицы)</i>	Калорийность-158
14	<i>Гренки из пшеничного хлеба</i>	Калорийность-47
120	<i>Птица тушеная в соусе с овощами</i>	Калорийность-200
30	<i>Салат из свежих огурцов</i>	Калорийность-17
150	<i>Компот из свежих плодов</i>	Калорийность-32
32	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-69
3	<i>Соль</i>	
498,8	Итого за Обед	Калорийность-523
<u>Полдник</u>		
156	<i>Ряженка</i>	Калорийность-81
50	<i>Булочка "Веснушка"</i>	Калорийность-154
206	Итого за Полдник	Калорийность-235
<u>Ужин</u>		
121	<i>Рыба запеченая в омлете</i>	Калорийность-137
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47
170	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-17
93	<i>Яблоки</i>	Калорийность-45
403	Итого за Ужин	Калорийность-246
1 577,8	Итого за день	Калорийность-1 407