

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 гречневой крупой(150) *</i>	Калорийность-141
20	<i>Яйца вареные(20) *</i>	Калорийность-31
25	<i>Бутерброд с маслом(25) *</i>	Калорийность-83
180	<i>Чай с лимоном(150) *</i>	Калорийность-17
375	Итого за Завтрак	Калорийность-272
<u>Завтрак 2</u>		
149	<i>сок тетрапак(150) *</i>	Калорийность-68
149	Итого за Завтрак 2	Калорийность-68
<u>Обед</u>		
150	<i>Суп картофельный с крупой(150) *</i>	Калорийность-84
98	<i>Пюре картофельное (100)</i>	Калорийность-103
69	<i>Фрикадельки мясные</i>	Калорийность-142
25	<i>Салат зеленый с огурцами и помидорами(35) *</i>	Калорийность-22
20	<i>Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)(20) *</i>	Калорийность-28
150	<i>Компот из свежих плодов(150) *</i>	Калорийность-36
15	<i>Хлеб пшеничный(15) *</i>	Калорийность-35
20	<i>Хлеб ржаной(20) *</i>	Калорийность-39
3	<i>Соль(2,8) *</i>	
549,8	Итого за Обед	Калорийность-489
<u>Полдник</u>		
149	<i>снежок(150) *</i>	Калорийность-119
25	<i>Кондитерские изделия (печенье)(25) *</i>	Калорийность-104
174	Итого за Полдник	Калорийность-223
<u>Ужин</u>		
130	<i>Макароны отварные с сыром(130) *</i>	Калорийность-185
42	<i>Икра кабачковая(40) *</i>	Калорийность-49
180	<i>Чай с молоком(150) *</i>	Калорийность-65
20	<i>Хлеб пшеничный(20) *</i>	Калорийность-47
372	Итого за Ужин	Калорийность-346
1 619,8	Итого за день	Калорийность-1 398