

ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
146	Суп молочный с крупой пшениный	Калорийность-140
24	Бутерброд с маслом	Калорийность-83
20	Яйца вареные	Калорийность-31
175	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-73
365	Итого за Завтрак	Калорийность-327
<u>Завтрак 2</u>		
63	Фрукты яблоки	Калорийность-47
46	Груши	Калорийность-47
109	Итого за Завтрак 2	Калорийность-94
<u>Обед</u>		
150	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-74
133	Плов из птицы	Калорийность-247
38	Салат зеленый с огурцами и помидорами	Калорийность-22
150	Кисель из яблок	Калорийность-49
38	Хлеб ржаной	Калорийность-79
16	Хлеб пшеничный	Калорийность-40
3	Соль	
527,8	Итого за Обед	Калорийность-511
<u>Полдник</u>		
24	Печенье овсяное	Калорийность-105
154	снежок	Калорийность-119
178	Итого за Полдник	Калорийность-224
<u>Ужин</u>		
121	Рагу из овощей	Калорийность-114
71	Фрикадельки рыбные	Калорийность-85
181	Чай с лимоном	Калорийность-17
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-35
387	Итого за Ужин	Калорийность-251
1 566,8	Итого за день	Калорийность-1 407