

25 апреля 2025

ДОУ 25 Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Суп молочный с крупой пшенный	Калорийность-144
20	Яйца вареные	Калорийность-31
28	Бутерброд с маслом	Калорийность-99
170	Чай с сахаром	Калорийность-19
368	Итого за Завтрак	Калорийность-293
<u>Завтрак 2</u>		
100	Фрукты яблоки	Калорийность-47
100	Итого за Завтрак 2	Калорийность-47
<u>Обед</u>		
162	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Калорийность-145
99	Каша вязкая (пшеничная)	Калорийность-136
70	Гуляш из отварного мяса	Калорийность-149
41	Салат из свеклы с солеными огурцами	Калорийность-34
150	Кисель из яблок	Калорийность-49
38	Хлеб ржаной	Калорийность-79
18	Хлеб пшеничный	Калорийность-47
3	Соль	
580,8	Итого за Обед	Калорийность-639
<u>Полдник</u>		
24	Кондитерские изделия (пряники)	Калорийность-88
180	Молоко	Калорийность-110
204	Итого за Полдник	Калорийность-198
<u>Ужин</u>		
120	Картофель отварной	Калорийность-90
80	Рыба, припущенная с овощами	Калорийность-70
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47
180	Чай с лимоном	Калорийность-19
400	Итого за Ужин	Калорийность-226
1 597,8	Итого за день	Калорийность-1 403