

ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
104	Пудинг из творога с яблоками	ЭЦ-167
20	Соус молочный (сладкий)	ЭЦ-30
25	Бутерброд с маслом	ЭЦ-73
181	Чай с молоком	ЭЦ-65
330	Итого за Завтрак	ЭЦ-335
<u>Завтрак 2</u>		
138	сок фрукт тетра пак	ЭЦ-68
138	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-68
<u>Обед</u>		
150	Бульон из кур (филе курицы)	ЭЦ-158
120	Птица тушеная в соусе с овощами	ЭЦ-206
15	Гренки из пшеничного хлеба	ЭЦ-47
31	Салат из свежих огурцов	ЭЦ-17
150	Компот из свежих плодов	ЭЦ-32
34	Хлеб ржаной	ЭЦ-69
3	Соль	
503	Итого за Обед	ЭЦ-529
<u>Полдник</u>		
31	Печенье овсяное	ЭЦ-131
164	Ряженка	ЭЦ-81
195	Итого за Полдник	ЭЦ-212
<u>Ужин</u>		
120	Рыба запеченая в омлете	ЭЦ-147
170	Чай с лимоном	ЭЦ-17
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-47
96	Яблоки	ЭЦ-45
406	Итого за Ужин	ЭЦ-256
1 572	Итого за день	ЭЦ-1 400