

ДОУ 25 Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<i>Суп молочный с крупой ячневый</i>	Калорийность-150
20	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность-31
30	<i>Бутерброд с маслом</i>	Калорийность-99
150	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-73
350	Итого за Завтрак	Калорийность-353
<u>Завтрак 2</u>		
100	<i>Фрукты яблоки</i>	Калорийность-47
100	Итого за Завтрак 2	Калорийность-47
<u>Обед</u>		
150	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	Калорийность-74
89	<i>Каша рассыпчатая гречневая</i>	Калорийность-144
60	<i>Бефстроганов из отварного мяса</i>	Калорийность-129
41	<i>Салат из соленых огурцов с луком</i>	Калорийность-31
150	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-71
15	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-35
28	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-79
3	<i>Соль</i>	
535,8	Итого за Обед	Калорийность-563
<u>Полдник</u>		
30	<i>Кондитерские изделия (пряники)</i>	Калорийность-88
170	<i>Ряженка</i>	Калорийность-86
200	Итого за Полдник	Калорийность-174
<u>Ужин</u>		
120	<i>Картофельное пюре</i>	Калорийность-100
180	<i>Чай с сахаром</i>	Калорийность-17
70	<i>Фрикадельки рыбные</i>	Калорийность-85
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47
390	Итого за Ужин	Калорийность-249
1 575,8	Итого за день	Калорийность-1 395