

30 апреля 2025

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 рисовый</i>	Калорийность-144
23	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность-31
28	<i>Бутерброд с маслом</i>	Калорийность-99
170	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-19
371	Итого за Завтрак	Калорийность-293
<u>Завтрак 2</u>		
180	<i>сок тетрапак</i>	Калорийность-85
180	Итого за Завтрак 2	Калорийность-85
<u>Обед</u>		
150	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	Калорийность-74
133	<i>Макаронник с субпродуктами</i>	Калорийность-133
20	<i>Огурцы соленые</i>	Калорийность-4
23	<i>Помидоры соленые</i>	Калорийность-8
150	<i>Кисель из яблок</i>	Калорийность-55
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47
39	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-69
3	<i>Соль</i>	
536,8	Итого за Обед	Калорийность-390
<u>Полдник</u>		
150	<i>снежок</i>	Калорийность-119
50	<i>Сдоба обыкновенная</i>	Калорийность-110
200	Итого за Полдник	Калорийность-229
<u>Ужин</u>		
150	<i>Пудинг из творога (запеченный)</i>	Калорийность-215
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47
40	<i>Салат из моркови</i>	Калорийность-26
20	<i>Соус молочный (сладкий)</i>	Калорийность-30
180	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	Калорийность-84
388	Итого за Ужин	Калорийность-402
1 678,8	Итого за день	Калорийность-1 399