

## ДОУ 25 Ясли (лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
101	<i>Вареники ленивые</i>	Калорийность-176
20	<i>Соус молочный (сладкий)</i>	Калорийность-30
24	<i>Бутерброд с маслом</i>	Калорийность-83
180	<i>Чай с молоком</i>	Калорийность-65
325	<b>Итого за Завтрак</b>	Калорийность-354
<u>Завтрак 2</u>		
102	<i>Фрукты яблоки</i>	Калорийность-47
102	<b>Итого за Завтрак 2</b>	Калорийность-47
<u>Обед</u>		
150	<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками</i>	Калорийность-129
98	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-103
70	<i>Фрикадельки мясные</i>	Калорийность-142
38	<i>Салат зеленый с огурцами и помидорами</i>	Калорийность-22
20	<i>Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)</i>	Калорийность-28
150	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-72
25	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-39
14	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-35
3	<i>Соль</i>	
567,8	<b>Итого за Обед</b>	Калорийность-570
<u>Полдник</u>		
174	<i>снежок</i>	Калорийность-119
24	<i>Кондитерские изделия (пряники)</i>	Калорийность-88
198	<b>Итого за Полдник</b>	Калорийность-207
<u>Ужин</u>		
180	<i>Суп молочный с гречневой крупой</i>	Калорийность-151
180	<i>Чай с лимоном</i>	Калорийность-19
19	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47
379	<b>Итого за Ужин</b>	Калорийность-217
1 571,8	<b>Итого за день</b>	Калорийность-1 395