

ДОУ 25 Ясли (лето)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|------------------|--|--|
| <u>Завтрак</u> | | |
| 155 | <i>Суп молочный рисовый</i> | Калорийность-154 |
| 20 | <i>Яйца вареные</i> | Калорийность-31 |
| 30 | <i>Бутерброд с сыром</i> | Калорийность-97 |
| 150 | <i>Чай с сахаром</i> | Калорийность-17 |
| 355 | Итого за Завтрак | Калорийность-299 |
| <u>Завтрак 2</u> | | |
| 150 | <i>сок фрукт тетра пак</i> | Калорийность-68 |
| 150 | Итого за Завтрак 2 | Калорийность-68 |
| <u>Обед</u> | | |
| 150 | <i>Щи из свежей капусты с картофелем</i> | Калорийность-61 |
| 124 | <i>Запеканка из печени с рисом</i> | Калорийность-215 |
| 31 | <i>Салат из свежих огурцов</i> | Калорийность-14 |
| 150 | <i>Компот из смеси сухофруктов</i> | Калорийность-71 |
| 33 | <i>Хлеб ржаной</i> | Калорийность-79 |
| 19 | <i>Хлеб пшеничный</i> | Калорийность-47 |
| 3 | <i>Соль</i> | |
| 509,8 | Итого за Обед | Калорийность-487 |
| <u>Полдник</u> | | |
| 172 | <i>Молоко</i> | Калорийность-95 |
| 27 | <i>Печенье овсяное</i> | Калорийность-83 |
| 199 | Итого за Полдник | Калорийность-178 |
| <u>Ужин</u> | | |
| 99 | <i>Пудинг из творога</i> | Калорийность-185 |
| 20 | <i>Соус молочный (сладкий)</i> | Калорийность-30 |
| 19 | <i>Хлеб пшеничный</i> | Калорийность-47 |
| 161 | <i>Чай с молоком</i> | Калорийность-65 |
| 100 | <i>Фрукты яблоки</i> | Калорийность-47 |
| 399 | Итого за Ужин | Калорийность-374 |
| 1 603,8 | Итого за день | Калорийность-1 406 |