

(Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

20/4	Бутерброд с маслом сливочным батон вябинушка, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-117
180	Суп вермишелевый молочный молоко питьевое пастериз. 2,5%, макаронные изделия (вермишель), масло сладко-сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная	Ккал-129, Бел-5, Жир-5, Угл-18
150	Кофейный напиток с молоком молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток	Ккал-67, Бел-2, Жир-2, Угл-10

Итого за Завтрак Ккал-276, Бел-9, Жир-10, Угл-145

Завтрак 2

80	яблоко печеное яблоки, повидло фруктовое, сахар-песок	Ккал-109, Угл-26
----	--	------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-109, Угл-26

Обед

150	суп картофельный с рисом бульон, картофель, крупа рис илифованный 1 сорт, лук репчатый, морковь св., соль йодированная, зелень (укроп, петрушка), масло подсолнечное раф.	Ккал-63, Бел-1, Жир-2, Угл-10
70	Тефтели рыбные тушеные минтай с/м, молоко питьевое пастериз. 2,5%, хлеб белый пшеничный, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное раф.	Ккал-108, Бел-9, Жир-4, Угл-9
30	Соус томатный томат-паста, лук репчатый, морковь св., масло сладко-сливочное 72,5%, мука пшеничная в/с, сахар-песок	Ккал-23, Жир-1, Угл-2
120	Пюре картофельное картофель, молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-115, Бел-3, Жир-4, Угл-18
15	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
30	Хлеб ржано-пшеничный	Ккал-68, Бел-2, Угл-14
150	Компот из сухофруктов сахар-песок, сухофрукты	Ккал-112, Бел-1, Жир-3, Угл-20

Итого за Обед Ккал-525, Бел-17, Жир-14, Угл-80

Полдник

150/7/5	Чай с лимоном сахар-песок, лимоны, чай черный	Ккал-27, Угл-6
95	Вареники ленивые отварные творог 5 % жирн., яйцо куриное пищевое, мука пшеничная в/с, сахар-песок, ванилин	Ккал-157, Бел-15, Жир-5, Угл-14
30	Соус сметанный сметана 15 %, мука пшеничная в/с	Ккал-20, Бел-1, Жир-2, Угл-2

Итого за Полдник Ккал-204, Бел-16, Жир-7, Угл-22

Ужин

100	Молоко кипяченое	Ккал-52, Бел-3, Жир-3, Угл-5
15	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-36, Бел-1, Угл-7

Итого за Ужин Ккал-88, Бел-4, Жир-3, Угл-12

Итого за день Ккал-1 202, Бел-46, Жир-34, Угл-285

Заведующий _____

Кладовщик _____

Шеф-повар _____

Н.М.Павлова

стеленность 12ч, 2руб