

**(Ясли)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
20/4	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b> <small>батон вябишука, масло сладко-сливочное 72,5%</small>	Ккал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-117
60	<b>Омлет натуральный, запеченный</b> <small>яйцо куриное пищевое, молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло подсолнечное раф.</small>	Ккал-96, Бел-6, Жир-7, Угл-1
150	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <small>молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</small>	Ккал-67, Бел-2, Жир-2, Угл-10
20	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	Ккал-48, Бел-2, Угл-10
60	<b>Икра из уваренных кабачков для детского питания</b>	Ккал-71, Бел-1, Жир-5, Угл-5
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-362, Бел-13, Жир-17, Угл-143
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	<b>сок яблочный 0,2</b>	
<b>Итого за Завтрак 2</b>		
<b><u>Обед</u></b>		
180	<b>Щи из свежей капусты, картофелем со сметаной</b> <small>капуста белокочанная, картофель., морковь св., сметана 15 %, лук репчатый., соль йодированная, масло подсолнечное раф., томат-паста, зелень (укроп, петрушка)</small>	Ккал-79, Бел-4, Жир-9, Угл-8
70	<b>тефтели из печени с рисом</b> <small>яйцо куриное пищевое, печень говяжья, лук репчатый., крупа рис илифованный 1 сорт, масло сладко-сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	Ккал-170, Бел-10, Жир-10, Угл-11
120	<b>Картофель отварной с маслом</b> <small>картофель., масло сладко-сливочное 72,5%</small>	Ккал-118, Бел-2, Жир-3, Угл-19
30	<b>Соус сметанный</b> <small>сметана 15 %, мука пшеничная в/с</small>	Ккал-20, Бел-1, Жир-2, Угл-2
15	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Ккал-68, Бел-2, Угл-14
150	<b>компот из яблок</b> <small>яблоки, сахар-песок</small>	Ккал-74, Бел-2, Жир-4, Угл-18
40	<b>Огурец свежий</b>	Ккал-6, Угл-1
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-571, Бел-22, Жир-28, Угл-80
<b><u>Полдник</u></b>		
150/7/5	<b>Чай с лимоном</b> <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Ккал-27, Угл-6
100	<b>Сырники из творога</b> <small>творог 5 % жирн., яйцо куриное пищевое, повидло фруктовое, мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло подсолнечное раф.</small>	Ккал-398, Бел-29, Жир-16, Угл-34
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-425, Бел-29, Жир-16, Угл-40
<b><u>Ужин</u></b>		
100	<b>Молоко кипяченое</b>	Ккал-52, Бел-3, Жир-3, Угл-5
15	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-88, Бел-4, Жир-3, Угл-12
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 446, Бел-68, Жир-64, Угл-275

Заведующий \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Н.М.Павлова

стоимость 143,24 руб