

**(Ясли)**

| Выход (г)                 | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|--|--|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |  |  |
| 20/4                      | <b>Бутерброд с маслом сливочным</b><br><i>батон в/бинушка, масло сладко-сливочное 72,5%</i>  | Ккал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-117   |
| 150                       | <b>каша вязкая с изюмом</b><br><i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа рис шлифованный 1 сорт, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%, изюм</i>  | Ккал-211, Бел-5, Жир-8, Угл-41   |
| 150                       | <b>Какао с молоком</b><br><i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, какао-порошок</i>  | Ккал-76, Бел-4, Жир-4, Угл-11  |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |  | Ккал-367, Бел-11, Жир-15, Угл-169  |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |  |  |
| 100                       | <b>Сок яблочный</b>  | Ккал-43, Бел-1, Угл-10   |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |  | Ккал-43, Бел-1, Угл-10   |
| <b><u>Обед</u></b>        |  |  |
| 180                       | <b>бульон мясной прозрачный</b><br><i>бульон, морковь св.</i>  | Ккал-6, Угл-1  |
| 70                        | <b>ленивые голубцы</b><br><i>яйцо куриное пищевое, капуста белокочанная, мясо говядины а б/к охл., лук репчатый., крупа рис шлифованный 1 сорт, масло сладко-сливочное 72,5%</i>   | Ккал-90, Бел-6, Жир-5, Угл-5   |
| 30                        | <b>Соус томатный</b><br><i>мука пшеничная в/с, томат-паста, лук репчатый., масло сладко-сливочное 72,5%, морковь св., сахар-песок</i>  | Ккал-23, Жир-1, Угл-2  |
| 120                       | <b>каша ячневая вязкая</b><br><i>крупа ячневая, масло сладко-сливочное 72,5%</i>   | Ккал-119, Бел-4, Жир-6, Угл-20   |
| 20                        | <b>Гренки из пшеничного хлеба</b>  | Ккал-48, Бел-2, Угл-10   |
| 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>Кисель из сухофруктов</b><br><i>сухофрукты, сахар-песок, крахмал картофельный</i>   | Ккал-96, Бел-3, Жир-7, Угл-19  |
| 23                        | <b>Капуста квашеная</b><br><i>капуста квашеная, масло подсолнечное раф., лук репчатый.</i>   | Ккал-15, Жир-1, Угл-1  |
| <b>Итого за Обед</b>      |  | Ккал-501, Бел-18, Жир-20, Угл-79   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |  |  |
| 150/7                     | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар-песок, чай черный</i>   | Ккал-26, Угл-6   |
| 150                       | <b>Каша пшеничная молочная</b><br><i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа пшено шлифованное., сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%</i>   | Ккал-137, Бел-5, Жир-7, Угл-19   |
| 70                        | <b>Пирожок с повидлом</b><br><i>яйцо куриное пищевое, мука пшеничная в/с, молоко питьевое пастериз. 2,5%, повидло фруктовое, масло подсолнечное раф., сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%, дрожжи сухие, ванилин</i> | Ккал-226, Бел-5, Жир-6, Угл-39   |
| <b>Итого за Полдник</b>   |  | Ккал-389, Бел-10, Жир-13, Угл-64   |
| <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-1 388, Бел-44, Жир-51, Угл-334  |

Заведующий



Жладовщик

Шеф-повар

Н.М.Павлова

стоимость 96,94 руб