

(Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
20/4/5	Бутерброд с маслом сливочным, сыром батон ржаной, сыр полутвердый 50%, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-147, Бел-4, Жир-7, Угл-165
150	Каша геркулесовая жидкая молочная молочко питьевое пастериз. 2,5%, крупа геркулес, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-132, Бел-5, Жир-7, Угл-17
150	Чай с молоком с сахаром молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, чай черный	Ккал-63, Бел-2, Жир-2, Угл-10
Итого за Завтрак		Ккал-342, Бел-11, Жир-16, Угл-192
Завтрак 2		
80	яблоко печеное яблоки, повидло фруктовое, сахар-песок	Ккал-109, Угл-26
Итого за Завтрак 2		Ккал-109, Угл-26
Обед		
150	птица, тушеная в соусе с овощами картофель, тушка цыпленка 1 категории, морковь св., лук репчатый., горошек зеленый консервированный	Ккал-229, Бел-15, Жир-11, Угл-16
180	суп картофельный с рисом бульон, картофель., крупа рис шлифованный 1 сорт, лук репчатый., морковь св., соль йодированная, масло подсолнечное раф., зелень (укроп, петрушка)	Ккал-75, Бел-2, Жир-2, Угл-13
30	Соус сметанный сметана 15 %, мука пшеничная в/с	Ккал-20, Бел-1, Жир-2, Угл-2
15	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
30	Хлеб ржано-пшеничный	Ккал-68, Бел-2, Угл-14
150	Кисель из сухофруктов сухофрукты, сахар-песок, крахмал картофельный	Ккал-96, Бел-3, Жир-7, Угл-19
Итого за Обед		Ккал-524, Бел-24, Жир-22, Угл-71
Полдник		
150	Кефир	Ккал-79, Бел-4, Жир-4, Угл-6
70	Шницель рыбный натуральный яйцо куриное пищевое, минтай с/м, лук репчатый., сухари панировочные, молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло подсолнечное раф.	Ккал-115, Бел-13, Жир-4, Угл-7
120	Пюре картофельное 120 картофель., молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-115, Бел-3, Жир-4, Угл-18
20	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-48, Бел-2, Угл-10
Итого за Полдник		Ккал-357, Бел-22, Жир-12, Угл-41
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-1 420, Бел-61, Жир-53, Угл-342

Заведующий

Кладовщик

Шеф-повар

Павлова Н.М.

Стоимость 136,5