

(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 <i>батон "Ябинушка", сыр полутвердый 50%, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-147, Бел-4, Жир-7, Угл-165
150	Каша манная молочная жидкая <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа манная, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-18
150	Кофейный напиток с молоком <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Ккал-67, Бел-2, Жир-2, Угл-10

Итого за Завтрак Ккал-339, Бел-10, Жир-14, Угл-193**Завтрак 2**

100	лимонный напиток <i>сахар-песок, лимоны.</i>	Ккал-26, Бел-1, Жир-3, Угл-7
-----	--	------------------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-26, Бел-1, Жир-3, Угл-7**Обед**

180	суп картофельный с пшеном <i>картофель, крупа пшено шлифованное, лук репчатый, морковь св., соль йодированная, масло подсолнечное раф., зелень (укроп, петрушка)</i>	Ккал-89, Бел-4, Жир-6, Угл-15
70	Тефтели из мяса говядины <i>мясо говядины а б/к охл., лук репчатый, молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа рис шлифованный 1 сорт, мука пшеничная в/с, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-145, Бел-10, Жир-8, Угл-9
30	Соус томатный <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	каша ячневая вязкая <i>крупа ячневая, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-119, Бел-4, Жир-6, Угл-20
15	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
30	Хлеб ржано-пшеничный	Ккал-68, Бел-2, Угл-14
150	Кисель из плодов шиповника (витаминный) <i>сахар-песок, шиповник, крахмал картофельный</i>	Ккал-87, Бел-3, Жир-5, Угл-22
45	Помидор свежий	Ккал-9, Угл-1

Итого за Обед Ккал-576, Бел-24, Жир-26, Угл-90**Полдник**

150/7	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Ккал-26, Угл-6
180	Каша геркулесовая жидкая молочная <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа геркулес, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-159, Бел-6, Жир-9, Угл-21
60	пирожок с картофелем и луком <i>яйцо куриное пищевое, картофель, мука пшеничная в/с, молоко питьевое пастериз. 2,5%, лук репчатый, масло подсолнечное раф., сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%, дрожжи сухие</i>	Ккал-271, Бел-12, Жир-12, Угл-28

Итого за Полдник Ккал-456, Бел-18, Жир-21, Угл-55**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-1485, Бел-57, Жир-67, Угл-357

Заведующий _____

Кладовщик _____

Шеф-повар _____

Павлова Н.М.



Остаток 122,5 руб