

(Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
20/4	Бутерброд с маслом сливочным <i>батон «Ябинушка», масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-117
150	Каша геркулесовая жидкая молочная <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа геркулес, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	Ккал-132, Бел-5, Жир-7, Угл-17
150	Чай с молоком с сахаром <i>молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, чай черный</i>	Ккал-63, Бел-2, Жир-2, Угл-10
Итого за Завтрак		Ккал-275, Бел-9, Жир-12, Угл-144
<u>Завтрак 2</u>		
80	яблоко печеное <i>яблоки, повидло фруктовое, сахар-песок</i>	Ккал-109, Угл-26
Итого за Завтрак 2		Ккал-109, Угл-26
<u>Обед</u>		
150	птица, тушенная в соусе с овощами <i>птица цыпленок 1 категории, картофель, морковь св., лук репчатый, горошек зеленый консервированный</i>	Ккал-229, Бел-15, Жир-11, Угл-16
180	суп картофельный с рисом <i>бульон, картофель, морковь св., крупа рис шлифованный 1 сорт, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное раф., зелень (укроп, петрушка)</i>	Ккал-75, Бел-2, Жир-2, Угл-13
30	Соус сметанный <i>сметана 15 %, мука пшеничная в/с</i>	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 <i>сахар-песок, сухофрукты, крахмал картофельный</i>	Ккал-96, Бел-3, Жир-7, Угл-19
Итого за Обед		Ккал-524, Бел-24, Жир-22, Угл-71
<u>Полдник</u>		
150	Кефир	Ккал-79, Бел-4, Жир-4, Угл-6
70	Шницель рыбный натуральный <i>яйцо куриное пищевое, минтай с/м, лук репчатый, сухари панировочные, молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло подсолнечное раф.</i>	Ккал-115, Бел-13, Жир-4, Угл-7
120	Пюре картофельное 120 <i>картофель, молоко питьевое пастериз. 2,5%, масло сладко-сливочное 72,5%</i>	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
Итого за день		Ккал-1 265, Бел-55, Жир-46, Угл-282

Заведующий

Кладовщик

Шеф-повар

Павлова Н.М.

Шеф-повар _____ Павлова Н.М.
стоимость 136,37 руб

