

Сад 197

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
80	Драчена 3-7 лет масло сливочное 72,5%, молоко свежее, сметана, яйцо, мука пшеничная	
52	Бутерброд с маслом(50) * масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничный	Углеводы-40, Калорийность-188, Белки-6
180	Чай с сахаром(180/10) * сахар-песок, чай , вода водопроводная	
312	Итого за Завтрак	Углеводы-40, Калорийность-188, Белки-6
<u>Завтрак 2</u>		
205	Ряженка(200) * ряженка	
205	Итого за Завтрак 2	
<u>Обед</u>		
200	Компот из сушеных фруктов(200) * сахар-песок, сухофрукты, вода водопроводная	Калорийность-56, Углеводы-14
3	соль на весь день(5) * соль	
157	Птица тушеная - Соус сметанный мясо птицы-филе, сметана, мука пшеничная, соль, вода водопроводная	
25	Хлеб ржаной(25) * хлеб ржаной	Белки-2, Калорийность-49, Углеводы-10
42	Хлеб пшеничный 40(40) * хлеб пшеничный	Калорийность-94, Углеводы-20, Белки-3
153	Каша гречневая рассыпчатая масло сливочное 72,5%, крупа гречневая, соль, вода водопроводная	Углеводы-54, Калорийность-290, Жиры-4, Белки-12
198	Бульон из птиц детский(200) * мясо птицы-филе, соль, хлеб пшеничный , морковь, лук репчатый, укроп	
778	Итого за Обед	Калорийность-489, Углеводы-98, Белки-17, Жиры-4
<u>Уплотненный полдник</u>		
25	Хлеб ржаной(25) * хлеб ржаной	Белки-2, Калорийность-49, Углеводы-10
95	Груши груши	
205	Напиток витаминизированный(200) * напиток груши-дичка с/б 3 л	
200	Суп молочный с макаронными изделиями(200) * масло сливочное 72,5%, молоко свежее, вермишель, макароны, сахар-песок, вода водопроводная	Углеводы-20, Белки-6, Витамин С-2, Калорийность-151, Жиры-5
46	вафли(40) * вафли	
571	Итого за Уплотненный полдник	Белки-8, Калорийность-200, Углеводы-30, Витамин С-2, Жиры-5
1 866	Итого за день	Углеводы-168, Калорийность-877, Белки-31, Жиры-9, Витамин С-2
Заведующий		Дударева Н.А.

Ясли 197

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
60	Драчена 1-3 года масло сливочное 72,5%, молоко свежее, сметана, яйцо, мука пшеничная	Углеводы-4, Белки-6, Калорийность-97, Жиры-6
44	Бутерброд с маслом(40) * масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничный	Белки-3, Калорийность-82, Углеводы-17
150	Чай с сахаром(150/7) * сахар-песок, чай , вода водопроводная	Калорийность-28, Углеводы-7
254	Итого за Завтрак	Углеводы-28, Белки-9, Калорийность-207, Жиры-6
<u>Завтрак 2</u>		
152	Ряженка(150) * ряженка	
152	Итого за Завтрак 2	
<u>Обед</u>		
150	Компот из сушеных фруктов(150) * сахар-песок, сухофрукты, вода водопроводная	Калорийность-48, Углеводы-12
153	Птица тушеная - Соус сметанный мясо птицы-филе, сметана, мука пшеничная, соль, вода водопроводная	
3	соль на весь день(3) * соль	
20	Хлеб ржаной(20) * хлеб ржаной	Углеводы-8, Калорийность-39, Белки-1
122	Каша гречневая рассыпчатая масло сливочное 72,5%, крупа гречневая, соль, вода водопроводная	Углеводы-54, Калорийность-290, Жиры-4, Белки-12
31	Хлеб пшеничный 30(30) * хлеб пшеничный	Углеводы-15, Белки-2, Калорийность-71
180	Бульон из птицы детский 180(180) * мясо птицы-филе, соль, хлеб пшеничный , морковь, лук репчатый, укроп	
659	Итого за Обед	Калорийность-448, Углеводы-89, Белки-15, Жиры-4
<u>Уплотненный полдник</u>		
20	Хлеб ржаной(20) * хлеб ржаной	Углеводы-8, Калорийность-39, Белки-1
95	Груши груши	
200	Сок фруктовый(150) * сок разный 0,2 л т/л	Углеводы-17, Калорийность-77
180	Суп молочный с макаронными изделиями(150) * масло сливочное 72,5%, молоко свежее, вермишель, макароны, сахар-песок, вода водопроводная	Жиры-4, Калорийность-113, Белки-4, Витамин С-1, Углеводы-15
23	вафли(20) * вафли	
518	Итого за Уплотненный полдник	Углеводы-40, Калорийность-229, Белки-5, Жиры-4, Витамин С-1
1 583	Итого за день	Углеводы-157, Белки-29, Калорийность-884, Жиры-14, Витамин С-1
Заведующий		Дударева Н.А.