ДС(50) Ясли(Ф)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Чай с лимоном ясли	Жиры-0, Белки-0, Углеводы-7, Витамин С-1, ЭЦ-28
	<i>Чай (черный), Сахар-песок, *Вода, Лимоны</i>	
160	Каша вязкая молочная 1-3 года - Каша пшеничная вязкая*	Белки-7, Витамин С-0, Углеводы-29, ЭЦ-202, Жиры-6
	<i>Соль, Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Крупа пшено, Молоко 2,5%</i>	
45	бутерброд с маслом с сыром ясли	Жиры-7, ЭЦ-148, Углеводы-15, Белки-5
	<i>Масло сливочное 72,5%, Батон, Сыр 50%</i>	
355	Итого за Завтрак	Жиры-13, Белки-12, Углеводы-51, Витамин С-1, ЭЦ-378
<u>Завтрак 2</u>		
150	сок фруктовый ясли	ЭЦ-68, Углеводы-17
	<i>Сок фруктовый тетра пак</i>	
150	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-68, Углеводы-17
<u>Обед</u>		
20	Соус сметанный ясли	ЭЦ-72, Белки-2, Углеводы-14, Жиры-1, Витамин С-0
	<i>Сметана 15%, *Вода, Мука пшеничная</i>	
120	Макаронные изделия отварные с маслом / Ясли / 120гр.	Углеводы-8, Белки-2, Жиры-2, ЭЦ-54
	<i>Макаронные изделия, Масло сливочное 72,5%</i>	
40	Хлеб дарницкий ясли-	Углеводы-10, Белки-2, Жиры-1, ЭЦ-53
	<i>Хлеб дарницкий</i>	
40	Хлеб пшеничный ясли	Жиры-1, Углеводы-17, ЭЦ-87, Белки-3
	<i>Хлеб пшеничный</i>	
70	Котлеты рубленые из птицы ясли	Витамин С-2, ЭЦ-246, Белки-21, Жиры-7, Углеводы-24
	<i>Соль, Масло сливочное 72,5%, Сухари панировочные, Молоко 2,5%, Мясо птицы филе, Хлеб пшеничный, Чеснок</i>	
40	Икра кабачковая для детского питания / Ясли / 40гр.	Углеводы-3, ЭЦ-45, Белки-1, Витамин С-3, Жиры-3
	<i>Икра кабачковая</i>	
180	Компот из сушеных фруктов / Ясли / 180гр.	Углеводы-20, Белки-1, Жиры-0, ЭЦ-81
	<i>Сахар-песок, Сухофрукты (смесь)</i>	
150	Суп картофельный вегетарианский (я) 150	Белки-2, Углеводы-10, Витамин С-15, ЭЦ-83, Жиры-4
	<i>Морковь, Масло растительное, Масло сливочное 72,5%, Лук репчатый, Зелень укропа, Помидоры, Сметана 15%, Картофель, *Вода, Чеснок</i>	
660	Итого за Обед	ЭЦ-721, Белки-34, Углеводы-106, Жиры-19, Витамин С-20
<u>Уплотненный полдник</u>		
160	Суп молочный с гречневой крупой ясли	Углеводы-15, Белки-5, ЭЦ-129, Витамин С-0, Жиры-5
	<i>Соль, Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Молоко 2,5%, Крупа гречневая, *Вода</i>	
50	Пирожки с джемом (я) 50	ЭЦ-313, Белки-12, Витамин С-0, Жиры-10, Углеводы-34
	<i>Дрожжи, Масло растительное, Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Яйцо, Молоко 2,5%, Повидло, Мука пшеничная</i>	
150	Молоко кипяченое 150	Жиры-4, Белки-4, Углеводы-7, ЭЦ-84, Витамин С-0
	<i>Молоко 2,5%</i>	
360	Итого за Уплотненный полдник	Углеводы-56, Белки-21, ЭЦ-526, Витамин С-0, Жиры-19
1525	Итого за день	Жиры-51, Белки-67, Углеводы-230, Витамин С-21, ЭЦ-1 693