

## ДС(206Ф) Сад

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
181	<b>Суп молочный с крупой 180 (геркулес)</b> <i>Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Молоко 2,5%, Крупа «Геркулес»</i>	Углеводы-14, Жиры-5, Калорийность-126, Белки-5, Витамин С-0
41	<b>Бутерброды с маслом</b> <i>Масло сливочное 72,5%, Хлеб пшеничный</i>	Жиры-8, Углеводы-17, Калорийность-153, Белки-3
180	<b>Какао с молоком 180</b> <i>Сахар-песок, Молоко 2,5%, *Вода, Какао-порошок</i>	Белки-3, Жиры-3, Витамин С-0, Калорийность-98, Углеводы-15
402	<b>Итого за Завтрак</b>	Углеводы-46, Жиры-16, Калорийность-377, Белки-11, Витамин С-0
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	<b>Фрукты свежие 100</b> <i>Бананы</i>	Углеводы-23, Жиры-0, Калорийность-89, Белки-1
100	<b>Итого за Завтрак 2</b>	Углеводы-23, Жиры-0, Калорийность-89, Белки-1
<b><u>Обед</u></b>		
3	<b>Соль</b> <i>Соль</i>	
31	<b>Хлеб пшеничный 30</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Углеводы-17, Белки-3, Жиры-1, Калорийность-87
51	<b>Хлеб ржаной 50</b> <i>Хлеб дарницкий</i>	
80	<b>Соус сметанный 80</b> <i>Соль, Сметана 15%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Белки-1, Углеводы-5, Жиры-2, Витамин С-0, Калорийность-44
183	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные 180</b> <i>Сок яблочный (фруктовый)</i>	Жиры-5, Углеводы-7, Белки-5, Калорийность-95
59	<b>Салат из соленых огурцов с луком 60*</b> <i>Масло растительное, Огурцы соленые, Лук репчатый</i>	Калорийность-35, Углеводы-2, Жиры-3
205	<b>Каша рассыпчатая (гречневая) 205</b> <i>Масло сливочное 72,5%, Крупа гречневая</i>	Белки-12, Калорийность-326, Углеводы-54, Жиры-7
201	<b>Борщ вегетарианский (мелкошинкованный) 200</b> <i>Морковь, Капуста белокочанная, Томат-паста, Масло растительное, Лук репчатый, Свекла, Сметана 15%, Картофель, *Вода, Мука пшеничная</i>	Жиры-5, Углеводы-8, Белки-2, Калорийность-91
80	<b>Бефстроганов из отварного мяса 80</b> <i>Мясо говядина</i>	Калорийность-129, Жиры-5, Белки-21
893	<b>Итого за Обед</b>	Углеводы-93, Белки-44, Жиры-28, Калорийность-807, Витамин С-0
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
180	<b>Молоко кипяченое 180</b> <i>Молоко 2,5%</i>	Белки-5, Витамин С-0, Жиры-5, Углеводы-8, Калорийность-97
59	<b>Булочка школьная</b> <i>Дрожжи, Масло растительное, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Жиры-2, Углеводы-37, Калорийность-185, Белки-5
60	<b>Икра кабачковая для детского питания 60*</b> <i>Икра кабачковая</i>	
85	<b>Омлет паровой с мясом 3-7 лет</b>	Углеводы-0, Калорийность-0, Жиры-0, Витамин С-0, Белки-0

384

**Итого за Уплотненный полдник**

Белки-10, Витамин С-0, Жиры-7,  
Углеводы-45, Калорийность-282

1 779

**Итого за день**

Углеводы-207, Жиры-51, Калорийность-1  
555, Белки-66, Витамин С-0

и.о.заведующего

Мелихова И.Ф.

## ДС(206Ф) Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
130	<b>Суп молочный с крупой 130 (геркулес)</b> <i>Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Молоко 2,5%, Крупа «Геркулес», *Вода</i>	Углеводы-10, Белки-4, Калорийность-95, Жиры-4, Витамин С-1
41	<b>Бутерброды с маслом</b> <i>Масло сливочное 72,5%, Хлеб пшеничный</i>	Жиры-8, Углеводы-17, Калорийность- 153, Белки-3
150	<b>Какао с молоком 150</b> <i>Сахар-песок, Молоко 2,5%, *Вода, Какао-порошок</i>	Витамин С-1, Калорийность-87, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-12
321	<b>Итого за Завтрак</b>	Углеводы-39, Белки-10, Калорийность- 335, Жиры-14, Витамин С-2
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	<b>Фрукты свежие 100</b> <i>Бананы</i>	Углеводы-23, Жиры-0, Калорийность-89, Белки-1
100	<b>Итого за Завтрак 2</b>	Углеводы-23, Жиры-0, Калорийность-89, Белки-1
<b><u>Обед</u></b>		
3	<b>Соль</b> <i>Соль</i>	
31	<b>Хлеб пшеничный 30</b> <i>Хлеб пшеничный</i>	Углеводы-17, Белки-3, Жиры-1, Калорийность-87
153	<b>Каша рассыпчатая 150 (гречневая)</b> <i>Масло сливочное 72,5%, Крупа гречневая</i>	Жиры-4, Калорийность-37
59	<b>Соус сметанный 60</b> <i>Соль, Сметана 15%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Калорийность-33, Витамин С-0, Белки-1, Углеводы-4, Жиры-2
60	<b>Бефстроганов из отварного мяса 60</b> <i>Мясо говядина</i>	Жиры-4, Калорийность-97, Белки-16
151	<b>Борщ вегетарианский (мелкошинкованный) 150</b> <i>Морковь, Капуста белокочанная, Томат-паста, Масло растительное, Лук репчатый, Свекла, Сметана 15%, Картофель, *Вода, Мука пшеничная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9, Витамин С-22, Калорийность-75
43	<b>Салат из соленых огурцов с луком 40*</b> <i>Масло растительное, Огурцы соленые, Лук репчатый</i>	Калорийность-22, Жиры-2, Углеводы-1
152	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные 150</b> <i>Сок яблочный (фруктовый)</i>	Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-80, Белки-4
20	<b>Хлеб ржаной 20</b> <i>Хлеб дарницкий</i>	Углеводы-10, Жиры-1, Калорийность-53, Белки-2
672	<b>Итого за Обед</b>	Углеводы-47, Белки-28, Жиры-21, Калорийность-484, Витамин С-22
<b><u>Уплотненный полдник</u></b>		
59	<b>Булочка школьная</b> <i>Дрожжи, Масло растительное, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, *Вода, Мука пшеничная</i>	Жиры-2, Углеводы-37, Калорийность- 185, Белки-5
65	<b>Омлет паровой с мясом 1-3 года</b> <i>Масло сливочное 72,5%, Яйцо, Молоко 2,5%, Мясо говядина</i>	Калорийность-135, Витамин С-0, Жиры- 11, Белки-8, Углеводы-1
150	<b>Молоко кипяченое 150</b> <i>Молоко 2,5%</i>	Витамин С-0, Калорийность-81, Жиры-4, Белки-4, Углеводы-7
40	<b>Икра кабачковая для детского питания 40*</b>	

314

**Итого за Уплотненный полдник** Жиры-17, Углеводы-45, Калорийность-401, Белки-17, Витамин С-0

1 407

**Итого за день** Углеводы-154, Белки-56, Калорийность-1309, Жиры-52, Витамин С-24

и.о.заведующего

Мелихова И.Ф.