

ДС(206) Сад лето 2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Чай с лимоном 180 <i>Чай (черный), Сахар-песок, *Вода, Лимоны</i>	Жиры-0, ЭЦ-41, Белки-1, Витамин С-3, Углеводы-10
8	Масло (порциями) 8 <i>Масло сливочное 72,5%</i>	Углеводы-0, Жиры-6, ЭЦ-53, Белки-0
179	Суп молочный с крупой 180 (геркулес) <i>Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Молоко 2,5%, Крупа «Геркулес»</i>	Углеводы-14, Жиры-5, ЭЦ-126, Белки-5, Витамин С-0
20	Хлеб ржаной 20 <i>Хлеб дарницкий</i>	Углеводы-10, Жиры-1, ЭЦ-53, Белки-2
20	Батон 20 <i>Батон</i>	ЭЦ-52, Углеводы-10, Жиры-1, Белки-2
407	Итого за Завтрак	Жиры-13, ЭЦ-325, Белки-10, Витамин С-3, Углеводы-44
<u>Завтрак 2</u>		
180	Ряженка 180 <i>Ряженка 2,5%</i>	ЭЦ-121, Углеводы-8, Белки-5, Жиры-7
180	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-121, Углеводы-8, Белки-5, Жиры-7
<u>Обед</u>		
20	Хлеб пшеничный 20 <i>Хлеб пшеничный</i>	Белки-2, ЭЦ-58, Углеводы-11, Жиры-0
20	Хлеб ржаной 20 <i>Хлеб дарницкий</i>	Углеводы-10, Жиры-1, ЭЦ-53, Белки-2
180	Напиток из плодов шиповника 3-7 года <i>Сахар-песок, Шиповник, *Вода</i>	ЭЦ-90, Витамин С-180, Жиры-0, Углеводы-19, Белки-1
3	Соль <i>Соль</i>	
70	Фрикадельки мясные в соусе 70 <i>Томат-паста, Соль, Масло сливочное 72,5%, Лук репчатый, Молоко 2,5%, Мясо говяжья, Сметана 15%, Хлеб пшеничный, *Вода, Мука пшеничная</i>	Витамин С-1, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-13, ЭЦ-171
186	Борщ с картофелем 180 <i>Морковь, Томат-паста, Масло растительное, Сахар-песок, Лук репчатый, Свекла, Картофель, *Вода</i>	Белки-2, Углеводы-12, Витамин С-13, ЭЦ-88, Жиры-4
130	Каша рассыпчатая 130 (гречневая) <i>Масло сливочное 72,5%, Крупа гречневая</i>	Углеводы-34, ЭЦ-215, Жиры-6, Белки-7
50	Помидор свежий 50 <i>Помидоры</i>	Углеводы-2, Витамин С-13, Белки-1, ЭЦ-12, Жиры-0
659	Итого за Обед	Белки-27, ЭЦ-687, Углеводы-101, Жиры-19, Витамин С-207
<u>Уплотненный полдник</u>		
100	Яблоки 100 <i>Яблоки свежие</i>	Белки-0, Витамин С-10, Жиры-0, Углеводы-10, ЭЦ-47
40	Яйцо отварное <i>Яйцо</i>	ЭЦ-62, Белки-5, Углеводы-0, Жиры-5
150	Булочка "Веснушка" 150 <i>Дрожжи, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Изюм, Яйцо, *Вода, Мука пшеничная</i>	Углеводы-85, Белки-11, ЭЦ-459, Жиры-8
200	Какао с молоком 200 <i>Сахар-песок, Молоко 2,5%, *Вода, Какао-порошок</i>	Углеводы-17, Витамин С-0, Жиры-3, Белки-4, ЭЦ-109

30 **Хлеб пшеничный 30**

Хлеб пшеничный

Углеводы-17, Белки-3, Жиры-1, ЭЦ-87

61 **Икра кабачковая для детского питания**

Икра кабачковая

Витамин С-4, Углеводы-5, Белки-1, ЭЦ-71, Жиры-5

581

Итого за Уплотненный полдник

Белки-24, Витамин С-14, Жиры-22,
Углеводы-134, ЭЦ-835

1 827

Итого за день

Жиры-61, ЭЦ-1 968, Белки-66, Витамин
С-224, Углеводы-287

и.о.заведующего

И.Ф.Мелихова

ДС(206) Ясли лето 2025

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Суп молочный с крупой 150 (геркулес) <i>Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Молоко 2,5%, Крупа «Геркулес», *Вода</i>	Углеводы-12, Жиры-4, Витамин С-0, ЭЦ-103, Белки-4
20	Хлеб пшеничный 20 <i>Хлеб пшеничный</i>	Белки-2, ЭЦ-58, Углеводы-11, Жиры-0
151	Чай с лимоном 150 <i>Чай (черный), Сахар-песок, *Вода, Лимоны</i>	Жиры-0, Витамин С-1, ЭЦ-28, Белки-0, Углеводы-7
20	Хлеб ржаной 20 <i>Хлеб дарницкий</i>	Углеводы-10, Жиры-1, ЭЦ-53, Белки-2
10	Масло (порциями) <i>Масло сливочное 72,5%</i>	Углеводы-0, Жиры-7, ЭЦ-66, Белки-0
351	Итого за Завтрак	Углеводы-40, Жиры-12, Витамин С-1, ЭЦ-308, Белки-8
<u>Завтрак 2</u>		
150	Ряженка 150 <i>Ряженка 2,5%</i>	ЭЦ-101, Жиры-6, Белки-4, Углеводы-6
150	Итого за Завтрак 2	ЭЦ-101, Жиры-6, Белки-4, Углеводы-6
<u>Обед</u>		
150	Напиток из плодов шиповника 1-3 года <i>Сахар-песок, Шиповник, *Вода</i>	Витамин С-150, Жиры-0, ЭЦ-70, Белки-1, Углеводы-14
3	Соль <i>Соль</i>	
10	Хлеб пшеничный 10 <i>Хлеб пшеничный</i>	Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6, ЭЦ-29
53	Фрикадельки мясные в соусе 50 <i>Соль, Масло сливочное 72,5%, Лук репчатый, Молоко 2,5%, Мясо говядина, Сметана 15%, Хлеб пшеничный, *Вода, Мука пшеничная</i>	ЭЦ-74, Витамин С-0, Жиры-3, Белки-6, Углеводы-5
110	Каша рассыпчатая 110 (гречневая) <i>Масло сливочное 72,5%, Крупа гречневая</i>	Углеводы-30, ЭЦ-186, Белки-7, Жиры-4
10	Хлеб ржаной 10 <i>Хлеб дарницкий</i>	Белки-1, Углеводы-5, Жиры-0, ЭЦ-27
30	Помидор свежий 30 <i>Помидоры</i>	Жиры-0, Белки-0, Витамин С-8, ЭЦ-7, Углеводы-1
150	Борщ с картофелем 150 <i>Морковь, Томат-паста, Масло растительное, Сахар-песок, Лук репчатый, Свекла, Картофель, *Вода</i>	Жиры-3, Углеводы-10, ЭЦ-74, Белки-1, Витамин С-11
516	Итого за Обед	Витамин С-169, Жиры-10, ЭЦ-467, Белки-17, Углеводы-71
<u>Уплотненный полдник</u>		
95	Яблоки 95 <i>Яблоки свежие</i>	Жиры-0, Углеводы-9, Витамин С-10, Белки-0, ЭЦ-45
40	Яйцо отварное <i>Яйцо</i>	ЭЦ-62, Белки-5, Углеводы-0, Жиры-5
180	Какао с молоком 180 <i>Сахар-песок, Молоко 2,5%, *Вода, Какао-порошок</i>	Белки-3, Жиры-3, Витамин С-0, ЭЦ-98, Углеводы-15
43	Икра кабачковая для детского питания <i>Икра кабачковая</i>	Белки-1, Витамин С-3, ЭЦ-48, Углеводы-3, Жиры-4

30 **Хлеб пшеничный 30**

Хлеб пшеничный

Углеводы-17, Белки-3, Жиры-1, ЭЦ-87

68 **Булочка "Веснушка" 65**

*Дрожжи, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное 72,5%, Изюм, Яйцо, *Вода, Мука пшеничная*

Белки-5, Углеводы-37, Жиры-4, ЭЦ-199

456

Итого за Уплотненный полдник

Жиры-17, Углеводы-81, Витамин С-13,
Белки-17, ЭЦ-539

1 473

Итого за день

Углеводы-198, Жиры-45, Витамин С-183,
ЭЦ-1 415, Белки-46

и.о.заведующего

И.Ф.Мелихова